

**(Школа начальное звено 7-11 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
90	<b>Колбаса вареная детская</b>	кКал-177, Бел-11, Жир-14, Угл-1
150	<b>Макаронные изделия отварные с сыром</b> <i>макаронные изделия, сыр п-твердый в асорт, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-223, Бел-8, Жир-8, Угл-28
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <i>сахар песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-82, Угл-20
50	<b>Булочка "Студенческая"</b> <i>мука в/с, яйцо, сахар песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-155, Бел-5, Жир-2, Угл-29
181	<b>Фрукты свежие (яблоко)</b> <i>абрикосы, яблоки</i>	кКал-85, Бел-1, Жир-1, Угл-18
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-723, Бел-26, Жир-25, Угл-96
<b>Итого за день</b>		кКал-723, Бел-26, Жир-25, Угл-96

**(Начальное звено платное 7-11 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><i>Обед</i></b>		
30	<b><i>Овощи свежие (помидоры) порционно</i></b>	кКал-6, Угл-1
200	<b><i>Суп из овощей со сметаной</i></b> <i>картофель, капуста, лук репчатый, зеленый горошек консервированный, сметана, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-160, Бел-7, Жир-9, Угл-12
180	<b><i>Плов (мясо говядины)</i></b> <i>говядина задняя часть б/к, крупа рис, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, паста томатная "кухмастер", соль йодированная</i>	кКал-354, Бел-17, Жир-14, Угл-40
200	<b><i>Сок фруктовый</i></b>	кКал-84, Бел-1, Угл-20
30	<b><i>Хлеб пшеничный</i></b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-67, Бел-2, Угл-14
30	<b><i>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</i></b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-79, Бел-2, Жир-1, Угл-16
<b>Итого за Обед</b>		кКал-751, Бел-30, Жир-24, Угл-104
<b>Итого за день</b>		кКал-751, Бел-30, Жир-24, Угл-104

**Школа младшие школьники (льготное) 7-11 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
90	<b>Колбаса вареная детская</b>	кКал-177, Бел-11, Жир-14, Угл-1
150	<b>Макаронные изделия отварные с сыром</b> <i>макаронные изделия, сыр п-твердый в асорт, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-223, Бел-8, Жир-8, Угл-28
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <i>сахар песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-82, Угл-20
50	<b>Булочка "Студенческая"</b> <i>мука в/с, яйцо, сахар песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-155, Бел-5, Жир-2, Угл-29
148	<b>Фрукты свежие (яблоко)</b> <i>абрикосы, яблоки</i>	кКал-70, Бел-1, Жир-1, Угл-15
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-813, Бел-29, Жир-26, Угл-114
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Овощи свежие (помидоры) порционно</b>	кКал-12, Угл-3
200	<b>Плов (мясо говядины)</b> <i>говядина задняя часть б/к, крупа рис, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, паста томатная "кухмастер", соль йодированная</i>	кКал-393, Бел-19, Жир-15, Угл-45
200	<b>Сок фруктовый</b>	кКал-84, Бел-1, Угл-20
40	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-90, Бел-3, Угл-18
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21
200	<b>Суп из овощей со сметаной и мясом</b> <i>картофель, говядина задняя часть б/к, капуста, морковь, лук репчатый, зеленый горошек консервированный, сметана, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-160, Бел-7, Жир-9, Угл-12
100	<b>Фрукты свежие (мандарины)</b> <i>абрикосы, яблоки, апельсины, виноград, груша, киви, мандарины, бананы, персик сушеный</i>	кКал-47, Угл-10
<b>Итого за Обед</b>		кКал-892, Бел-34, Жир-27, Угл-130
<b>Итого за день</b>		кКал-1 705, Бел-62, Жир-52, Угл-244

**Школа старшие школьники (платное) 12-18 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

**Завтрак 1**

100	<b>Колбаса вареная детская</b>	кКал-197, Бел-13, Жир-15, Угл-1
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <i>сахар песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-82, Угл-20
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26
180	<b>Макароны отварные со сливочным маслом</b> <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-215, Бел-7, Жир-1, Угл-44

**Итого за Завтрак 1** кКал-627, Бел-24, Жир-18, Угл-92**Обед**

50	<b>Овощи свежие (помидоры) порционно</b>	кКал-10, Угл-2
250	<b>Суп из овощей со сметаной</b> <i>картофель, капуста, лук репчатый, зеленый горошек консервированный, сметана, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-200, Бел-9, Жир-11, Угл-15
180	<b>Плов (мясо говядины)</b> <i>говядина задняя часть б/к, крупа рис, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, паста томатная "кухмастер", соль йодированная</i>	кКал-354, Бел-17, Жир-14, Угл-40
200	<b>Сок фруктовый</b>	кКал-84, Бел-1, Угл-20
40	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-90, Бел-3, Угл-18
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21

**Итого за Обед** кКал-844, Бел-33, Жир-27, Угл-118**Итого за день** кКал-1 470, Бел-57, Жир-45, Угл-209

**Школа старшие школьники (льготное) 12-18 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
90	<b>Колбаса вареная детская</b>	кКал-177, Бел-11, Жир-14, Угл-1
180	<b>Макаронные изделия отварные с сыром</b> <i>макаронные изделия, сыр п-твердый в асорт, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-268, Бел-10, Жир-10, Угл-34
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <i>сахар песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-82, Угл-20
50	<b>Булочка "Студенческая"</b> <i>мука в/с, яйцо, сахар песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-155, Бел-5, Жир-2, Угл-29
133	<b>Фрукты свежие (яблоко)</b> <i>абрикосы, яблоки</i>	кКал-63, Бел-1, Жир-1, Угл-13
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-745, Бел-27, Жир-26, Угл-97
<b><u>Обед</u></b>		
100	<b>Овощи свежие (помидоры) порционно</b>	кКал-20, Бел-1, Угл-4
200	<b>Плов (мясо говядины)</b> <i>говядина задняя часть б/к, крупа рис, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, паста томатная "кухмастер", соль йодированная</i>	кКал-393, Бел-19, Жир-15, Угл-45
200	<b>Сок фруктовый</b>	кКал-84, Бел-1, Угл-20
50	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26
250	<b>Суп из овощей со сметаной и мясом</b> <i>картофель, говядина задняя часть б/к, капуста, морковь, лук репчатый, зеленый горошек консервированный, сметана, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-200, Бел-9, Жир-11, Угл-15
<b>Итого за Обед</b>		кКал-942, Бел-37, Жир-29, Угл-134
<b>Итого за день</b>		кКал-1 686, Бел-64, Жир-55, Угл-231

**(Питание за счет бюджета 12-18 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
180	<b>Макаронные изделия отварные с сыром</b> <i>макаронные изделия, сыр п-твердый в асорт, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-268, Бел-10, Жир-10, Угл-34
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <i>сахар песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-82, Угл-20
50	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-462, Бел-14, Жир-11, Угл-77
<b>Итого за день</b>		кКал-462, Бел-14, Жир-11, Угл-77