

**(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>		
180	<b>Пудинг из творога с рисом и со сгущенным молоком</b> <i>творог, молоко сгущённое, крупа рис, сахар песок, сухари панировочные, яйцо, масло сливочное, сметана</i>	кКал-359, Бел-24, Жир-17, Угл-29
200	<b>Какао "Несквик" на молоке</b> <i>молоко, какао несквик</i>	кКал-95, Бел-6, Жир-5, Угл-6
30	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-67, Бел-2, Угл-14
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-521, Бел-32, Жир-22, Угл-49
<b>Итого за день</b>		кКал-521, Бел-32, Жир-22, Угл-49

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла, масло подсолнечное, соль йодированная, чеснок</i>	кКал-33, Жир-2, Угл-2
200	<b>Суп картофельный с рисовой крупой</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рис, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-87, Бел-2, Жир-3, Угл-14
80	<b>Котлета из филе птицы</b> <i>филе куриное охл., молоко, хлеб пшеничный, сухари панировочные, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-142, Бел-15, Жир-8, Угл-2
150	<b>Капуста тушеная с маслом сливочным</b> <i>капуста, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар песок, томатная паста в ассорт., соль йодированная, мука в/с</i>	кКал-113, Бел-4, Жир-4, Угл-15
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-107, Бел-1, Угл-26
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
<b>Итого за Обед</b>		кКал-678, Бел-28, Жир-19, Угл-99
<b>Итого за день</b>		кКал-678, Бел-28, Жир-19, Угл-99

**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>		
180	<b>Пудинг из творога с рисом и со сгущенным молоком</b> <i>творог, молоко сгущённое, крупа рис, сахар песок, сухари панировочные, яйцо, масло сливочное, сметана</i>	кКал-359, Бел-24, Жир-17, Угл-29
40	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-90, Бел-3, Угл-18
200	<b>Напиток "Снежок" 2,5 %</b>	кКал-126, Бел-10, Жир-6, Угл-7
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
210	<b>Фрукты свежие (апельсин)</b> <i>абрикосы, яблоки, апельсины, виноград, груша, киви, мандарины, бананы, персик сушеный</i>	кКал-90, Бел-2, Угл-17
<b>Итого за Завтрак 1</b>		
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла, масло подсолнечное, соль йодированная, чеснок</i>	кКал-67, Бел-1, Жир-5, Угл-5
150	<b>Капуста тушеная с маслом сливочным</b> <i>капуста, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар песок, томатная паста в ассорт., соль йодированная, мука в/с</i>	кКал-113, Бел-4, Жир-4, Угл-15
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-107, Бел-1, Угл-26
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 картофельный с рисовой крупой и мясом</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рис, говядина задняя часть б/к, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-111, Бел-4, Жир-3, Угл-17
100	<b>Биточки из филе индейки</b> <i>филе грудки индейки, молоко, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, соль йодированная, масло сливочное, масло подсолнечное</i>	кКал-228, Бел-16, Жир-14, Угл-10
<b>Итого за Обед</b>		
<b>Итого за день</b>		

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
50	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23
160	<b>Пудинг творожный с рисом и со сгущенным молоком</b> <i>творог, крупа рис, молоко сгущенное, сухари панировочные, яйцо, сахар песок, сметана</i>	кКал-317, Бел-22, Жир-13, Угл-29
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар песок, чай черный</i>	кКал-63, Угл-16
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-492, Бел-26, Жир-14, Угл-68
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла, масло подсолнечное, соль йодированная, чеснок</i>	кКал-56, Бел-1, Жир-4, Угл-4
200	<b>Суп картофельный с рисовой крупой</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рис, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-87, Бел-2, Жир-3, Угл-14
180	<b>Капуста тушеная с маслом сливочным</b> <i>капуста, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар песок, томатная паста в ассорт., соль йодированная, мука в/с</i>	кКал-136, Бел-4, Жир-5, Угл-19
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-107, Бел-1, Угл-26
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
100	<b>Биточки из филе индейки</b> <i>филе грудки индейки, молоко, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, соль йодированная, масло сливочное, масло подсолнечное</i>	кКал-228, Бел-16, Жир-14, Угл-10
<b>Итого за Обед</b>		кКал-858, Бел-31, Жир-28, Угл-122
<b>Итого за день</b>		кКал-1 350, Бел-57, Жир-41, Угл-190

**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>		
200	<b>Пудинг из творога с рисом и со сгущенным молоком</b> <i>творог, молоко сгущённое, крупа рис, сахар песок, сухари панировочные, яйцо, масло сливочное, сметана</i>	кКал-399, Бел-27, Жир-18, Угл-32
50	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23
200	<b>Напиток "Снежок" 2,5 %</b>	кКал-126, Бел-10, Жир-6, Угл-7
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
110	<b>Фрукты свежие (яблоко)</b> <i>абрикосы, яблоки</i>	кКал-52, Угл-11
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-821, Бел-45, Жир-27, Угл-99
<b><u>Обед</u></b>		
100	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла, масло подсолнечное, соль йодированная, чеснок</i>	кКал-111, Бел-1, Жир-8, Угл-8
180	<b>Капуста тушеная с маслом сливочным</b> <i>капуста, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар песок, томатная паста в ассорт., соль йодированная, мука в/с</i>	кКал-136, Бел-4, Жир-5, Угл-19
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-107, Бел-1, Угл-26
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 картофельный с рисовой крупой и мясом</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рис, говядина задняя часть б/к, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-138, Бел-5, Жир-4, Угл-21
100	<b>Биточки из филе индейки</b> <i>филе грудки индейки, молоко, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, соль йодированная, масло сливочное, масло подсолнечное</i>	кКал-228, Бел-16, Жир-14, Угл-10
<b>Итого за Обед</b>		кКал-965, Бел-34, Жир-33, Угл-134
<b>Итого за день</b>		кКал-1 786, Бел-79, Жир-60, Угл-233

**(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>		
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар песок, чай черный</i>	кКал-63, Угл-16
100	<b>Бутерброд с колбасой полукопченной и сыром</b> <i>тесто дрожжевое простое, сыр п-твердый в асорт, колбаса полукопченая "талинская", яйцо, масло подсолнечное</i>	кКал-301, Бел-11, Жир-20, Угл-19
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-363, Бел-11, Жир-20, Угл-35
<b>Итого за день</b>		кКал-363, Бел-11, Жир-20, Угл-35