

**(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 сгущенное, 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-89, Бел-6, Жир-5, Угл-5
40	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-90, Бел-3, Угл-18
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</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 Завтрак 1</b>		кКал-617, Бел-35, Жир-23, Угл-69
<b>Итого за день</b>		кКал-617, Бел-35, Жир-23, Угл-69

**(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>		
50	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла, масло подсолнечное, соль йодированная, чеснок</i>	кКал-57, 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
100	<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-216, Бел-20, Жир-11, Угл-10
150	<b>Капуста тушеная с маслом сливочным</b> <i>капуста, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар песок, паста томатная "кухмастер", соль йодированная, мука в/с</i>	кКал-115, Бел-4, Жир-4, Угл-16
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-79, 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
<b>Итого за Обед</b>		кКал-749, Бел-32, Жир-23, Угл-104
<b>Итого за день</b>		кКал-749, Бел-32, Жир-23, 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>		
195	<b>Пудинг из творога с рисом и со сгущенным молоком</b> <i>творог, молоко сгущенное, крупа рис, сахар песок, сухари панировочные, яйцо, масло сливочное, сметана</i>	кКал-389, Бел-26, Жир-18, Угл-31
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>Напиток "Снежок" 2,5 %</b>	кКал-126, Бел-10, Жир-6, Угл-7
150	<b>Фрукты свежие (яблоко)</b> <i>абрикосы, яблоки</i>	кКал-71, Бел-1, Жир-1, Угл-15
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-781, Бел-43, Жир-27, Угл-93
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла, масло подсолнечное, соль йодированная, чеснок</i>	кКал-68, Бел-1, Жир-5, Угл-5
150	<b>Капуста тушеная с маслом сливочным</b> <i>капуста, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар песок, паста томатная "кухмастер", соль йодированная, мука в/с</i>	кКал-115, Бел-4, Жир-4, Угл-16
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-79, 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 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-87, Бел-2, Жир-3, Угл-14
100	<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-216, Бел-20, Жир-11, Угл-10
<b>Итого за Обед</b>		кКал-760, Бел-33, Жир-24, Угл-104
<b>Итого за день</b>		кКал-1 541, Бел-75, Жир-50, Угл-197

**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, сахар песок, сухари панировочные, яйцо, сметана</i>	кКал-319, Бел-21, Жир-15, Угл-26
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар песок, чай черный</i>	кКал-40, Угл-11
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-471, Бел-25, Жир-15, Угл-59
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла, масло подсолнечное, соль йодированная, чеснок</i>	кКал-57, Бел-1, Жир-4, Угл-4
250	<b>Суп картофельный с рисовой крупой</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рис, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-109, Бел-2, Жир-3, Угл-17
100	<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-216, Бел-20, Жир-11, Угл-10
180	<b>Капуста тушеная с маслом сливочным</b> <i>капуста, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар песок, паста томатная "кухмастер", соль йодированная, мука в/с</i>	кКал-138, Бел-5, Жир-5, Угл-19
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-79, 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
<b>Итого за Обед</b>		кКал-842, Бел-35, Жир-25, Угл-120
<b>Итого за день</b>		кКал-1 314, Бел-60, Жир-40, Угл-180

**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>		
180	<b>Пудинг из творога с рисом и со сгущенным молоком</b> <i>творог, молоко сгущенное, крупа рис, сахар песок, сухари панировочные, яйцо, масло сливочное, сметана</i>	кКал-359, Бел-24, Жир-17, Угл-29
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
200	<b>Напиток "Снежок" 2,5 %</b>	кКал-126, Бел-10, Жир-6, Угл-7
62	<b>Фрукты свежие (мандарины)</b> <i>абрикосы, яблоки, апельсины, виноград, груша, киви, мандарины, бананы, персик сушеный</i>	кКал-29, Угл-6
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-759, Бел-42, Жир-25, Угл-92
<b><u>Обед</u></b>		
100	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла, масло подсолнечное, соль йодированная, чеснок</i>	кКал-113, Бел-1, Жир-8, Угл-8
180	<b>Капуста тушеная с маслом сливочным</b> <i>капуста, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар песок, паста томатная "кухмастер", соль йодированная, мука в/с</i>	кКал-138, Бел-5, Жир-5, Угл-19
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-79, 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 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-109, Бел-2, Жир-3, Угл-17
100	<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-216, Бел-20, Жир-11, Угл-10
<b>Итого за Обед</b>		кКал-899, Бел-36, Жир-29, Угл-124
<b>Итого за день</b>		кКал-1 658, Бел-78, Жир-54, Угл-216

**(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-40, Угл-11
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-340, Бел-11, Жир-20, Угл-30
<b>Итого за день</b>		кКал-340, Бел-11, Жир-20, Угл-30