

(Школа начальное звено 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак 1</u>			
90	Колбаса вареная детская	кКал-177, Бел-11, Жир-14, Угл-1	58-93
150	Макаронные изделия отварные с сыром <i>макаронные изделия, сыр п-твердый в асорт, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-220, Бел-9, Жир-8, Угл-28	28-22
200	Чай с лимоном и сахаром <i>сахар песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-82, Угл-20	8-25
50	Булочка "Студенческая" <i>мука в/с, яйцо, сахар песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-154, Бел-5, Жир-2, Угл-29	6-19
181	Фрукты свежие (яблоко) <i>абрикосы, яблоки</i>	кКал-85, Бел-1, Жир-1, Угл-18	38-73
Итого за Завтрак 1		кКал-718, Бел-26, Жир-24, Угл-96	140-32
Итого за день		кКал-718, Бел-26, Жир-24, Угл-96	140-32

(Начальное звено платное 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Обед</u>			
30	Овощи свежие (помидоры) порционно	кКал-6, Угл-1	14-86
200	Суп из овощей со сметаной <i>картофель, капуста, лук репчатый, зеленый горошек консервированный, сметана, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-160, Бел-7, Жир-9, Угл-12	18-62
180	Плов (мясо говядины) <i>говядина задняя часть б/к, крупа рис, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, томатная паста в ассортименте, соль йодированная</i>	кКал-354, Бел-17, Жир-14, Угл-40	78-19
200	Сок фруктовый	кКал-110, Бел-1, Угл-26	19-46
30	Хлеб пшеничный <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-67, Бел-2, Угл-14	2-10
30	Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	кКал-79, Бел-2, Жир-1, Угл-16	1-89
<i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>			
Итого за Обед		кКал-776, Бел-29, Жир-24, Угл-110	135-12
Итого за день		кКал-776, Бел-29, Жир-24, Угл-110	135-12

Школа младшие школьники (льготное) 7-11 лет,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак 1</u>			
90	Колбаса вареная детская	кКал-177, Бел-11, Жир-14, Угл-1	58-93
150	Макаронные изделия отварные с сыром <i>макаронные изделия, сыр п-твердый в асорт, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-220, Бел-9, Жир-8, Угл-28	28-22
200	Чай с лимоном и сахаром <i>сахар песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-82, Угл-20	8-25
50	Булочка "Студенческая" <i>мука в/с, яйцо, сахар песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-154, Бел-5, Жир-2, Угл-29	6-19
30	Хлеб ржано-пшеничный "Жито" <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-79, Бел-2, Жир-1, Угл-16	1-89
Итого за Завтрак 1		кКал-712, Бел-28, Жир-24, Угл-94	103-48
<u>Обед</u>			
60	Овощи свежие (помидоры) порционно	кКал-12, Угл-3	29-73
200	Плов (мясо говядины) <i>говядина задняя часть б/к, крупа рис, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, томатная паста в ассорт., соль йодированная</i>	кКал-393, Бел-19, Жир-15, Угл-45	86-88
200	Сок фруктовый	кКал-110, Бел-1, Угл-26	19-46
30	Хлеб пшеничный <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-67, Бел-2, Угл-14	2-10
30	Хлеб ржано-пшеничный "Жито" <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-79, Бел-2, Жир-1, Угл-16	1-89
200	Суп из овощей со сметаной и мясом <i>картофель, говядина задняя часть б/к, капуста, морковь, лук репчатый, зеленый горошек консервированный, сметана, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-191, Бел-10, Жир-11, Угл-13	51-50
235	Фрукты свежие (апельсин) <i>абрикосы, яблоки, апельсины, виноград, груша, киви, мандарины, бананы, персик сушеный</i>	кКал-101, Бел-2, Угл-19	68-14
Итого за Обед		кКал-953, Бел-36, Жир-28, Угл-135	259-70
Итого за день		кКал-1 666, Бел-64, Жир-53, Угл-230	363-18

Школа старшие школьники (платное) 12-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак 1</u>			
95	Колбаса вареная детская	кКал-187, Бел-12, Жир-14, Угл-1	62-20
200	Чай с лимоном и сахаром <i>сахар песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-82, Угл-20	8-25
50	Хлеб ржано-пшеничный "Жито" <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26	3-15
180	Макароны отварные со сливочным маслом <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-240, Бел-7, Жир-4, Угл-44	15-76
Итого за Завтрак 1		кКал-641, Бел-23, Жир-20, Угл-92	89-36
<u>Обед</u>			
50	Овощи свежие (помидоры) порционно	кКал-10, Угл-2	24-78
250	Суп из овощей со сметаной <i>картофель, капуста, лук репчатый, зеленый горошек консервированный, сметана, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-200, Бел-9, Жир-11, Угл-15	23-28
180	Плов (мясо говядины) <i>говядина задняя часть б/к, крупа рис, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, томатная паста в ассорт., соль йодированная</i>	кКал-354, Бел-17, Жир-14, Угл-40	78-19
200	Сок фруктовый	кКал-110, Бел-1, Угл-26	19-46
40	Хлеб пшеничный <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-90, Бел-3, Угл-18	2-80
40	Хлеб ржано-пшеничный "Жито" <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21	2-52
Итого за Обед		кКал-869, Бел-33, Жир-27, Угл-124	151-03
Итого за день		кКал-1 511, Бел-56, Жир-47, Угл-215	240-39

Школа старшие школьники (льготное) 12-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак 1</u>			
90	Колбаса вареная детская	кКал-177, Бел-11, Жир-14, Угл-1	58-93
180	Макаронные изделия отварные с сыром <i>макаронные изделия, сыр п-твердый в асорт, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-264, Бел-11, Жир-10, Угл-34	33-87
200	Чай с лимоном и сахаром <i>сахар песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-82, Угл-20	8-25
50	Булочка "Студенческая" <i>мука в/с, яйцо, сахар песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-154, Бел-5, Жир-2, Угл-29	6-19
133	Фрукты свежие (яблоко) <i>абрикосы, яблоки</i>	кКал-63, Бел-1, Жир-1, Угл-13	28-46
Итого за Завтрак 1		кКал-740, Бел-28, Жир-26, Угл-97	135-70
<u>Обед</u>			
100	Овощи свежие (помидоры) порционно	кКал-20, Бел-1, Угл-4	49-56
200	Плов (мясо говядины) <i>говядина задняя часть б/к, крупа рис, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, томатная паста в асорт., соль йодированная</i>	кКал-393, Бел-19, Жир-15, Угл-45	86-88
200	Сок фруктовый	кКал-110, Бел-1, Угл-26	19-46
50	Хлеб пшеничный <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23	3-50
50	Хлеб ржано-пшеничный "Жито" <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26	3-15
250	Суп из овощей со сметаной и мясом <i>картофель, говядина задняя часть б/к, капуста, морковь, лук репчатый, зеленый горошек консервированный, сметана, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-239, Бел-12, Жир-14, Угл-17	64-38
Итого за Обед		кКал-1 006, Бел-40, Жир-32, Угл-141	226-93
Итого за день		кКал-1 745, Бел-68, Жир-57, Угл-238	362-63

(Питание за счет бюджета 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак 1</u>			
180	Макаронные изделия отварные с сыром <i>макаронные изделия, сыр п-твердый в асорт, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-264, Бел-11, Жир-10, Угл-34	33-87
200	Чай с лимоном и сахаром <i>сахар песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-82, Угл-20	8-25
40	Хлеб пшеничный <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-90, Бел-3, Угл-18	2-80
Итого за Завтрак 1		кКал-435, Бел-14, Жир-10, Угл-73	44-92
Итого за день		кКал-435, Бел-14, Жир-10, Угл-73	44-92