

**Питание за счет бюджета 12-18 лет**

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u><b>Завтрак 1</b></u>	
100	<b>Рулет с маком</b>	кКал-338, Бел-8, Жир-9, Угл-56, Е-1, Na-165, Са-182, Mg-53, P-143, Fe-2
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	кКал-121, Бел-3, Жир-3, Угл-21, С-1, Na-51, Са-125, Mg-15, P-90

Директор школы \_\_\_\_\_

Мед.работник \_\_\_\_\_

Заведующий  
производством \_\_\_\_\_

## Школа начальное звено 7-11 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Завтрак 1</u>		
190	<b>Омлет с мясом</b>	кКал-289, Бел-27, Жир-18, Угл-5, В2-1, С-1, Е-1, Na-529, Са-152, Mg-22, P-247, Fe-2
200	<b>какао "Несквик" на</b>	кКал-89, Бел-6, Жир-5, Угл-5, С-1, Na-48,
	<b>молоко</b>	Са-128, Mg-65, P-160, Fe-3
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, Na-59,
		Са-10, Mg-5, P-28
89	<b>Фрукты свежие</b>	кКал-42, Угл-9, С-4, Na-12, Са-34, Mg-11,
	<b>(мандарины)</b>	P-14, Fe-4

Директор школы \_\_\_\_\_

Мед.работник \_\_\_\_\_

Заведующий  
производством \_\_\_\_\_

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

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Завтрак 1</u>		
30	<b>Горошек зеленый консервированный (порционно)</b>	кКал-25, Бел-1, Жир-2, Угл-2, С-3, Е-1, Na-103, Са-6, Mg-6, P-18
180	<b>Омлет с мясом</b>	кКал-274, Бел-26, Жир-17, Угл-4, С-1, Е-1, Na-501, Са-144, Mg-21, P-234, Fe-2
200	<b>Какао "Несквик" на молоке</b>	кКал-89, Бел-6, Жир-5, Угл-5, С-1, Na-48, Са-128, Mg-65, P-160, Fe-3
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, Na-59, Са-10, Mg-5, P-28
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26, Е-1, Na-220, Са-12, Mg-12, P-46, Fe-1
181	<b>Фрукты свежие (яблоко)</b>	кКал-85, Бел-1, Жир-1, Угл-18, С-18, Na-47, Са-29, Mg-16, P-20, Fe-4
<u>Обед</u>		
200	<b>Суп-лапша по-домашнему с</b>	кКал-139, Бел-6, Жир-5, Угл-11, С-14, Na-793, Са-34, Mg-21, P-75, Fe-2
100	<b>Котлета рыбная "Любительская"</b>	кКал-250, Бел-16, Жир-11, Угл-21, Са-1, P-1
150	<b>Каша пшеничная рассыпчатая</b>	кКал-205, Бел-7, Жир-2, Угл-40, Na-7, Са-26, Mg-51, P-140, Fe-2
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-90, Бел-3, Угл-18, Na-47, Са-8, Mg-4, P-23
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b>	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21, Na-176, Са-10, Mg-10, P-37, Fe-1
60	<b>Винегрет овощной с зеленым горошком</b>	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-5, С-6, Na-38, Са-11, Mg-8, P-22
200	<b>Компот из ягод св/м (смородина)</b>	кКал-85, Угл-22, С-44, Na-7, Са-17, Mg-9, P-7
182	<b>Фрукты свежие (груша)</b>	кКал-86, Бел-1, Жир-1, Угл-19, С-9, Е-1, Na-25, Са-35, Mg-22, P-29, Fe-4

Директор школы \_\_\_\_\_

Мед.работник \_\_\_\_\_

Заведующий  
производством \_\_\_\_\_

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

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Завтрак 1</u>		
50	<b>Горошек зеленый консервированный (порционно)</b>	кКал-42, Бел-1, Жир-3, Угл-3, С-6, Е-1, Na-171, Са-11, Mg-10, P-30
200	<b>Омлет с мясом</b>	кКал-304, Бел-29, Жир-19, Угл-5, В2-1, С-1, Е-1, Na-557, Са-160, Mg-24, P-260, Fe-2
200	<b>Какао "Несквик" на молоке</b>	кКал-89, Бел-6, Жир-5, Угл-5, С-1, Na-48, Са-128, Mg-65, P-160, Fe-3
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, Na-59, Са-10, Mg-5, P-28
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26, Е-1, Na-220, Са-12, Mg-12, P-46, Fe-1
171	<b>Фрукты свежие (груша)</b>	кКал-80, Бел-1, Жир-1, Угл-18, С-9, Е-1, Na-24, Са-32, Mg-21, P-27, Fe-4
<u>Обед</u>		
250	<b>Суп-лапша по-домашнему с</b>	кКал-173, Бел-7, Жир-7, Угл-14, С-18, Na-992, Са-43, Mg-26, P-94, Fe-3
100	<b>Котлета рыбная "Любительская"</b>	кКал-250, Бел-16, Жир-11, Угл-21, Са-1, P-1
180	<b>Каша пшеничная рассыпчатая</b>	кКал-246, Бел-8, Жир-2, Угл-48, Na-8, Са-31, Mg-61, P-168, Fe-2
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, Na-59, Са-10, Mg-5, P-28
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26, Е-1, Na-220, Са-12, Mg-12, P-46, Fe-1
100	<b>Винегрет овощной с зеленым горошком</b>	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-8, С-9, Na-63, Са-18, Mg-13, P-37, Fe-1
200	<b>Компот из ягод св/м (смородина)</b>	кКал-85, Угл-22, С-44, Na-7, Са-17, Mg-9, P-7

Директор школы \_\_\_\_\_

Мед.работник \_\_\_\_\_

Заведующий  
производством \_\_\_\_\_

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

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u><b>Завтрак 1</b></u>		
180	<b>Омлет с мясом</b>	кКал-274, Бел-26, Жир-17, Угл-4, С-1, Е-1, Na-501, Са-144, Mg-21, P-234, Fe-2
200	<b>Чай с сахаром</b>	кКал-40, Угл-11, Na-2, Са-15, Mg-2
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, Na-59, Са-10, Mg-5, P-28

Директор школы \_\_\_\_\_

Мед.работник \_\_\_\_\_

Заведующий  
производством \_\_\_\_\_

## Начальное звено платное 7-11 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u>Обед</u>	
200	Суп-лапша по-домашнему с	кКал-139, Бел-6, Жир-5, Угл-11, С-14, Na-793, Са-34, Mg-21, P-75, Fe-2
100	Котлета рыбная "Любительская"	кКал-250, Бел-16, Жир-11, Угл-21, Са-1, P-1
150	Каша пшенная рассыпчатая	кКал-205, Бел-7, Жир-2, Угл-40, Na-7, Са-26, Mg-51, P-140, Fe-2
200	Компот из ягод св/м (смородина)	кКал-85, Угл-22, С-44, Na-7, Са-17, Mg-9, P-7
50	Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26, Е-1, Na-220, Са-12, Mg-12, P-46, Fe-1
50	Хлеб пшеничный	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, Na-59, Са-10, Mg-5, P-28
100	Винегрет овощной с зеленым горошком	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-8, С-9, Na-63, Са-18, Mg-13, P-37, Fe-1

Директор школы \_\_\_\_\_

Мед.работник \_\_\_\_\_

Заведующий  
производством \_\_\_\_\_

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

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u>Обед</u>	
60	<b>Винегрет овощной с зеленым горошком</b>	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-5, С-6, Na-38, Са-11, Mg-8, P-22
200	<b>Суп-лапша по-домашнему с</b>	кКал-139, Бел-6, Жир-5, Угл-11, С-14, Na-793, Са-34, Mg-21, P-75, Fe-2
100	<b>Котлета рыбная "Любительская"</b>	кКал-250, Бел-16, Жир-11, Угл-21, Са-1, P-1
180	<b>Каша пшенная рассыпчатая</b>	кКал-246, Бел-8, Жир-2, Угл-48, Na-8, Са-31, Mg-61, P-168, Fe-2
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-90, Бел-3, Угл-18, Na-47, Са-8, Mg-4, P-23
200	<b>Компот из ягод св/м (смородина)</b>	кКал-85, Угл-22, С-44, Na-7, Са-17, Mg-9, P-7
80	<b>Фрукты свежие (мандарины)</b>	кКал-38, Угл-8, С-4, Na-11, Са-30, Mg-10, P-13, Fe-4

Директор школы \_\_\_\_\_

Мед.работник \_\_\_\_\_

Заведующий  
производством \_\_\_\_\_