

Питание за счет бюджета 12-18 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u>Завтрак 1</u>	
75	Ватрушка с творогом	кКал-289, Бел-10, Жир-11, Угл-38, Е-4, Na-27, Са-70, Mg-27, P-121, Fe-1
200	Кофейный напиток с молоком	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>	
20	Сыр твердый порционнo	кКал-73, Бел-5, Жир-6, Na-162, Са-176, Mg-7, P-100
200	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	кКал-234, Бел-9, Жир-9, Угл-31, Е-1, Na-33, Са-89, Mg-63, P-183, Fe-2
200	Напиток "Снежок" 2,5 %	кКал-126, Бел-10, Жир-6, Угл-7, С-1, Са-244, Mg-30
40	Хлеб пшеничный	кКал-90, Бел-3, Угл-18, Na-47, Са-8, Mg-4, P-23
186	Фрукты свежие (груша)	кКал-87, Бел-1, Жир-1, Угл-19, С-9, Е-1, Na-26, Са-35, Mg-22, P-30, Fe-4

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа старшие школьники (платное) 12-18 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u>Завтрак 1</u>	
50	Хлеб пшеничный	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, На-59, Са-10, Mg-5, P-28
25	Сыр твердый порционно	кКал-91, Бел-6, Жир-7, На-203, Са-220, Mg-9, P-125
	Каша геркулесовая	
250	молочная с маслом	кКал-293, Бел-12, Жир-11, Угл-38, Е-1, На-41, Са-111, Mg-79, P-229, Fe-2
	сливочным	
200	Напиток "Снежок" 2,5 %	кКал-126, Бел-10, Жир-6, Угл-7, С-1, Са-244, Mg-30

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа младшие школьники (льготное) 7-11 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Завтрак 1</u>		
20	Сыр твердый порционно	кКал-73, Бел-5, Жир-6, На-162, Са-176, Mg-7, P-100
	Каша геркулесовая	
200	молочная с маслом	кКал-234, Бел-9, Жир-9, Угл-31, Е-1, На-33, Са-89, Mg-63, P-183, Fe-2
	сливочным	
200	Напиток "Снежок" 2,5 %	кКал-126, Бел-10, Жир-6, Угл-7, С-1, Са-244, Mg-30
40	Хлеб пшеничный	кКал-90, Бел-3, Угл-18, На-47, Са-8, Mg-4, P-23
182	Фрукты свежие (груша)	кКал-86, Бел-1, Жир-1, Угл-19, С-9, Е-1, На-25, Са-35, Mg-22, P-29, Fe-4
<u>Обед</u>		
60	Салат "Зимний"	кКал-64, Бел-2, Жир-3, Угл-8, С-5, На-114, Са-18, Mg-6, P-16, Fe-1
200	Рассольник ленинградский с мясом и сметаной	кКал-170, Бел-6, Жир-10, Угл-14, С-15, На-543, Са-40, Mg-24, P-94, Fe-1
100	Гуляш мясной из говядины	кКал-46, Бел-1, Жир-3, Угл-3, С-1, На-1, Са-6, Mg-2, P-11
200	Компот из ягод св/м	кКал-87, Угл-22, С-3, На-5, Са-17, Mg-8, P-7
40	Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21, На-176, Са-10, Mg-10, P-37, Fe-1
40	Хлеб пшеничный	кКал-90, Бел-3, Угл-18, На-47, Са-8, Mg-4, P-23
150	Сложный гарнир (смесь риса и овощей)	кКал-198, Бел-4, Жир-8, Угл-28, А-1, С-3, На-19, Са-39, Mg-59, P-153, Fe-1
150	Фрукты свежие (яблоко)	кКал-71, Бел-1, Жир-1, Угл-15, С-15, На-39, Са-24, Mg-14, P-17, Fe-3

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа старшие школьники (льготное) 12-18 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Завтрак 1</u>		
25	Сыр твердый порционно	кКал-91, Бел-6, Жир-7, На-203, Са-220, Mg-9, P-125
	Каша геркулесовая	
250	молочная с маслом	кКал-293, Бел-12, Жир-11, Угл-38, Е-1, На-41, Са-111, Mg-79, P-229, Fe-2
	сливочным	
200	Напиток "Снежок" 2,5 %	кКал-126, Бел-10, Жир-6, Угл-7, С-1, Са-244, Mg-30
50	Хлеб пшеничный	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, На-59, Са-10, Mg-5, P-28
50	Хлеб ржано-пшеничный	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26, Е-1, На-220, Са-12, Mg-12, P-46, Fe-1
	"Жито"	
151	Фрукты свежие	кКал-71, Бел-1, Угл-16, С-8, Е-1, На-21, Са-57, Mg-18, P-24, Fe-7
	(мандарины)	
<u>Обед</u>		
100	Салат "Зимний"	кКал-107, Бел-4, Жир-4, Угл-13, С-8, На-191, Са-30, Mg-10, P-27, Fe-2
250	Рассольник ленинградский	кКал-212, Бел-7, Жир-13, Угл-18, С-19, На-679, Са-50, Mg-31, P-117, Fe-1
	с мясом и сметаной	
50	Хлеб пшеничный	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, На-59, Са-10, Mg-5, P-28
50	Хлеб ржано-пшеничный	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26, Е-1, На-220, Са-12, Mg-12, P-46, Fe-1
	"Жито"	
100	Гуляш мясной из говядины	кКал-46, Бел-1, Жир-3, Угл-3, С-1, На-1, Са-6, Mg-2, P-11
180	Сложный гарнир (смесь	кКал-237, Бел-4, Жир-9, Угл-34, А-1, С-4, Е-1, На-23, Са-47, Mg-71, P-183, Fe-1
	риса и овощей)	
200	Компот из ягод св/м	кКал-87, Угл-22, С-3, На-5, Са-17, Mg-8, P-7

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Начальное звено платное 7-11 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
Обед		
60	Салат "Зимний"	кКал-64, Бел-2, Жир-3, Угл-8, С-5, Na-114, Са-18, Mg-6, P-16, Fe-1
200	Рассольник ленинградский со сметаной	кКал-102, Бел-2, Жир-4, Угл-13, С-13, Na-137, Са-33, Mg-19, P-56, Fe-1
80	Гуляш мясной из говядины	кКал-37, Жир-3, Угл-3, С-1, Na-1, Са-5, Mg-2, P-9
200	Компот из ягод св/м	кКал-87, Угл-22, С-3, Na-5, Са-17, Mg-8, P-7
40	Хлеб пшеничный	кКал-90, Бел-3, Угл-18, Na-47, Са-8, Mg-4, P-23
40	Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21, Na-176, Са-10, Mg-10, P-37, Fe-1
150	Рис отварной со сливочным маслом	кКал-217, Бел-4, Жир-5, Угл-40, Na-182, Са-8, Mg-27, P-83, Fe-1

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа старшие школьники (платное) 12-18 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
Обед		
50	Салат "Зимний"	кКал-53, Бел-2, Жир-2, Угл-7, С-4, Na-95, Са-15, Mg-5, P-13, Fe-1
250	Рассольник ленинградский со сметаной	кКал-128, Бел-2, Жир-6, Угл-17, С-16, Na-171, Са-41, Mg-24, P-70, Fe-1
90	Гуляш мясной из говядины	кКал-41, Бел-1, Жир-3, Угл-3, С-1, Na-1, Са-5, Mg-2, P-10
200	Компот из ягод св/м	кКал-87, Угл-22, С-3, Na-5, Са-17, Mg-8, P-7
50	Хлеб пшеничный	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, Na-59, Са-10, Mg-5, P-28
50	Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26, E-1, Na-220, Са-12, Mg-12, P-46, Fe-1
180	Рис отварной со сливочным маслом	кКал-260, Бел-5, Жир-6, Угл-48, Na-218, Са-9, Mg-32, P-99, Fe-1

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____