

**(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>		
90	<b>Котлета мясная</b> <i>филе бедра индейки заморож., мясо свинины б/к, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	кКал-178, Бел-13, Жир-10, Угл-8
150	<b>Каша гречневая со сливочным маслом</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-233, Бел-9, Жир-5, Угл-39
200	<b>Кофейный напиток с</b> <i>молоко, сахар песок, напиток кофейный</i>	кКал-121, Бел-3, Жир-3, Угл-21
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
204	<b>Фрукты свежие (бананы)</b> <i>абрикосы, яблоки, апельсины, виноград, груша, киви, мандарины, бананы, персик сушеный</i>	кКал-196, Бел-3, Жир-1, Угл-43
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-834, Бел-30, Жир-21, Угл-131
<b>Итого за день</b>		кКал-834, Бел-30, Жир-21, Угл-131

**(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>		
	<b>Суп картофельный с</b>	
200	<b>макаронными изделиями и мясом</b> <i>картофель, куры (охлажд.), макаронные изделия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное</i>	кКал-181, Бел-6, Жир-10, Угл-17
180	<b>Запеканка картофельная с мясом индейки</b> <i>картофель, филе бедра индейки заморож., лук репчатый, масло сливочное, масло подсолнечное, сухари панировочные</i>	кКал-243, Бел-16, Жир-10, Угл-22
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-107, Бел-1, Угл-26
30	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-67, Бел-2, Угл-14
20	<b>Огурцы консервированные без уксуса порц.</b>	кКал-3
<b>Итого за Обед</b>		кКал-601, Бел-25, Жир-21, Угл-79
<b>Итого за день</b>		кКал-601, Бел-25, Жир-21, Угл-79

**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>		
100	<b>Котлета мясная</b> <i>филе бедра индейки заморож., мясо свинины б/к, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	кКал-198, Бел-14, Жир-12, Угл-9
150	<b>Каша гречневая со сливочным маслом</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-233, Бел-9, Жир-5, Угл-39
200	<b>Кофейный напиток с молоком, сахар песок, напиток кофейный</b>	кКал-121, Бел-3, Жир-3, Угл-21
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
30	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-67, Бел-2, Угл-14
180	<b>Фрукты свежие (апельсин)</b> <i>абрикосы, яблоки, апельсины, виноград, груша, киви, мандарины, бананы, персик сушеный</i>	кКал-77, Бел-2, Угл-15
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-776, Бел-32, Жир-21, Угл-113
<b><u>Обед</u></b>		
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом</b> <i>картофель, кури (охлажд.), макаронные изделия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное</i>	кКал-181, Бел-6, Жир-10, Угл-17
180	<b>Запеканка картофельная с мясом индейки</b> <i>картофель, филе бедра индейки заморож., лук репчатый, масло сливочное, масло подсолнечное, сухари панировочные</i>	кКал-243, Бел-16, Жир-10, Угл-22
30	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-67, Бел-2, Угл-14
60	<b>Овощи свежие (огурцы) порционно</b>	кКал-8, Угл-2
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
200	<b>Напиток "Снежок" 2,5 %</b>	кКал-126, Бел-10, Жир-6, Угл-7
105	<b>Фрукты свежие (яблоко)</b> <i>абрикосы, яблоки</i>	кКал-49, Угл-10
<b>Итого за Обед</b>		кКал-755, Бел-37, Жир-28, Угл-87
<b>Итого за день</b>		кКал-1 530, Бел-69, Жир-50, Угл-200

**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>		
80	<b>Котлета мясная</b> <i>филе бедра индейки заморож., мясо свинины б/к, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	кКал-158, Бел-11, Жир-9, Угл-7
150	<b>Каша гречневая со сливочным маслом</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-233, Бел-9, Жир-5, Угл-39
200	<b>Кофейный напиток с молоком, сахар песок, напиток кофейный</b>	кКал-121, Бел-3, Жир-3, Угл-21
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-579, Бел-25, Жир-18, Угл-81
<b><u>Обед</u></b>		
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом</b> <i>картофель, куры (охлажд.), макаронные изделия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное</i>	кКал-181, Бел-6, Жир-10, Угл-17
180	<b>Запеканка картофельная с мясом индейки</b> <i>картофель, филе бедра индейки заморож., лук репчатый, масло сливочное, масло подсолнечное, сухари панировочные</i>	кКал-243, Бел-16, Жир-10, Угл-22
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-107, Бел-1, Угл-26
30	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-67, Бел-2, Угл-14
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
30	<b>Огурцы консервированные без уксуса порц.</b>	кКал-4, Угл-1
<b>Итого за Обед</b>		кКал-682, Бел-27, Жир-22, Угл-95
<b>Итого за день</b>		кКал-1 261, Бел-52, Жир-39, Угл-175

**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>		
100	<b>Котлета мясная</b> <i>филе бедра индейки заморож., мясо свинины б/к, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	кКал-198, Бел-14, Жир-12, Угл-9
180	<b>Каша гречневая со сливочным маслом</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-280, Бел-10, Жир-6, Угл-46
200	<b>Кофейный напиток с</b> <i>молоко, сахар песок, напиток кофейный</i>	кКал-121, Бел-3, Жир-3, Угл-21
40	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-90, Бел-3, Угл-18
30	<b>Огурцы консервированные без уксуса порц.</b>	кКал-4, Угл-1
<b>Итого за Завтрак 1</b>		
<b><u>Обед</u></b>		
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом</b> <i>картофель, кури (охлажд.), макаронные изделия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное</i>	кКал-226, Бел-7, Жир-13, Угл-21
200	<b>Запеканка картофельная с мясом индейки</b> <i>картофель, филе бедра индейки заморож., лук репчатый, масло сливочное, масло подсолнечное, сухари панировочные</i>	кКал-270, Бел-17, Жир-11, Угл-24
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
100	<b>Икра морковная</b> <i>морковь, лук репчатый, томатная паста в ассортименте, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная</i>	кКал-121, Бел-2, Жир-8, Угл-10
160	<b>Фрукты свежие (апельсин)</b> <i>абрикосы, яблоки, апельсины, виноград, груша, киви, мандарины, бананы, персик сушеный</i>	кКал-69, Бел-1, Угл-13
<b>Итого за Обед</b>		
<b>Итого за день</b>		

**(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>		
70	<b>Сырная палочка</b> <i>тесто дрожжевое сдобное 1, сыр п-твердый в асорт, яйцо, масло подсолнечное</i>	кКал-214, Бел-8, Жир-7, Угл-30
200	<b>Какао "Несквик" на молоке</b> <i>молоко, какао несквик</i>	кКал-95, Бел-6, Жир-5, Угл-6
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-309, Бел-14, Жир-12, Угл-35
<b>Итого за день</b>		кКал-309, Бел-14, Жир-12, Угл-35