

**Питание за счет бюджета 12-18 лет**

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u><b>Завтрак 1</b></u>	
75	<b>Ватрушка с творогом</b>	кКал-289, Бел-10, Жир-11, Угл-38, Е-4, Na-27, Са-70, Mg-27, P-121, Fe-1
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
	<b><u>Завтрак 1</u></b>	
20	<b>Сыр твердый порционно</b>	кКал-73, Бел-5, Жир-6, На-162, Са-176, Mg-7, P-100
	<b>Каша геркулесовая</b>	
200	<b>молочная с маслом</b>	кКал-234, Бел-9, Жир-9, Угл-31, Е-1, На- 33, Са-89, Mg-63, P-183, Fe-2
	<b>сливочным</b>	
200	<b>Напиток "Снежок" 2,5 %</b>	кКал-126, Бел-10, Жир-6, Угл-7, С-1, Са- 244, Mg-30
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-90, Бел-3, Угл-18, На-47, Са-8, Mg- 4, P-23
174	<b>Фрукты свежие</b>	кКал-82, Бел-1, Жир-1, Угл-18, С-9, Е-1, Na-24, Са-66, Mg-21, P-28, Fe-8
	<b>(мандарины)</b>	

Директор школы \_\_\_\_\_

Мед.работник \_\_\_\_\_

Заведующий  
производством \_\_\_\_\_

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

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u><b>Завтрак 1</b></u>		
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, На-59, Са-10, Mg-5, P-28
25	<b>Сыр твердый порционно</b>	кКал-91, Бел-6, Жир-7, На-203, Са-220, Mg-9, P-125
250	<b>Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным</b>	кКал-293, Бел-12, Жир-11, Угл-38, Е-1, На-41, Са-111, Mg-79, P-229, Fe-2
200	<b>Напиток "Снежок" 2,5 %</b>	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	<b>Сыр твердый порционно</b>	кКал-73, Бел-5, Жир-6, Na-162, Ca-176, Mg-7, P-100
	<b>Каша геркулесовая</b>	
200	<b>молочная с маслом</b>	кКал-234, Бел-9, Жир-9, Угл-31, E-1, Na-33, Ca-89, Mg-63, P-183, Fe-2
	<b>сливочным</b>	
200	<b>Напиток "Снежок" 2,5 %</b>	кКал-126, Бел-10, Жир-6, Угл-7, C-1, Ca-244, Mg-30
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-90, Бел-3, Угл-18, Na-47, Ca-8, Mg-4, P-23
162	<b>Фрукты свежие (мандарины)</b>	кКал-76, Бел-1, Угл-17, C-8, E-1, Na-23, Ca-62, Mg-19, P-26, Fe-7
<u>Обед</u>		
60	<b>Салат "Зимний"</b>	кКал-64, Бел-2, Жир-3, Угл-8, C-5, Na-114, Ca-18, Mg-6, P-16, Fe-1
	<b>Рассольник</b>	
200	<b>ленинградский с мясом и 1 уляш мясной из</b>	кКал-170, Бел-6, Жир-10, Угл-14, C-15, Na-543, Ca-40, Mg-24, P-94, Fe-1
100	<b>завадилы</b>	кКал-46, Бел-1, Жир-3, Угл-3, C-1, Na-1, Ca-6, Mg-2, P-11
200	<b>Компот из ягод св/м</b>	кКал-87, Угл-22, C-3, Na-5, Ca-17, Mg-8, P-7
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b>	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21, Na-176, Ca-10, Mg-10, P-37, Fe-1
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-90, Бел-3, Угл-18, Na-47, Ca-8, Mg-4, P-23
150	<b>Сложный гарнир (смесь риса и овощей)</b>	кКал-198, Бел-4, Жир-8, Угл-28, A-1, C-3, Na-19, Ca-39, Mg-59, P-153, Fe-1
150	<b>Фрукты свежие (яблоко)</b>	кКал-71, Бел-1, Жир-1, Угл-15, C-15, Na-39, Ca-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	<b>Сыр твердый порционно</b>	кКал-91, Бел-6, Жир-7, На-203, Са-220, Mg-9, P-125
	<b>Каша геркулесовая</b>	
250	<b>молочная с маслом</b>	кКал-293, Бел-12, Жир-11, Угл-38, Е-1, На-41, Са-111, Mg-79, P-229, Fe-2
	<b>сливочным</b>	
200	<b>Напиток "Снежок" 2,5 %</b>	кКал-126, Бел-10, Жир-6, Угл-7, С-1, Са-244, Mg-30
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, На-59, Са-10, Mg-5, P-28
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26, Е-1, На-220, Са-12, Mg-12, P-46, Fe-1
	<b>"Жито"</b>	
137	<b>Фрукты свежие</b> <b>(мандарины)</b>	кКал-64, Бел-1, Угл-14, С-7, Е-1, На-19, Са-52, Mg-16, P-22, Fe-6
<u>Обед</u>		
100	<b>Салат "Зимний"</b>	кКал-107, Бел-4, Жир-4, Угл-13, С-8, На-191, Са-30, Mg-10, P-27, Fe-2
	<b>Рассольник</b>	
250	<b>ленинградский с мясом и</b>	кКал-212, Бел-7, Жир-13, Угл-18, С-19, На-679, Са-50, Mg-31, P-117, Fe-1
	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, На-59, Са-10, Mg-5, P-28
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26, Е-1, На-220, Са-12, Mg-12, P-46, Fe-1
	<b>"Жито"</b>	
100	<b>1 уляш мясной из</b> <b>говядины</b>	кКал-46, Бел-1, Жир-3, Угл-3, С-1, На-1, Са-6, Mg-2, P-11
180	<b>Сложный гарнир (смесь</b> <b>риса и овощей)</b>	кКал-237, Бел-4, Жир-9, Угл-34, А-1, С-4, Е-1, На-23, Са-47, Mg-71, P-183, Fe-1
200	<b>Компот из ягод св/м</b>	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
	<u>Обед</u>	
40	<b>Салат "Зимний"</b>	кКал-43, Бел-1, Жир-2, Угл-5, С-3, Na-76, Ca-12, Mg-4, P-11, Fe-1
200	<b>Рассольник ленинградский со 1 уляш мясной из говядины</b>	кКал-102, Бел-2, Жир-4, Угл-13, С-13, Na-137, Ca-33, Mg-19, P-56, Fe-1
80	<b>Компот из ягод св/м</b>	кКал-37, Жир-3, Угл-3, С-1, Na-1, Ca-5, Mg-2, P-9
200	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-87, Угл-22, С-3, Na-5, Ca-17, Mg-8, P-7
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b>	кКал-90, Бел-3, Угл-18, Na-47, Ca-8, Mg-4, P-23
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b>	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21, Na-176, Ca-10, Mg-10, P-37, Fe-1
150	<b>Рис отварной со сливочным маслом</b>	кКал-217, Бел-4, Жир-5, Угл-40, Na-182, Ca-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
	<u>Обед</u>	
50	<b>Салат "Зимний"</b>	кКал-53, Бел-2, Жир-2, Угл-7, С-4, Na-95, Ca-15, Mg-5, P-13, Fe-1
250	<b>Рассольник ленинградский со 1 уляш мясной из говядины</b>	кКал-128, Бел-2, Жир-6, Угл-17, С-16, Na-171, Ca-41, Mg-24, P-70, Fe-1
90	<b>Компот из ягод св/м</b>	кКал-41, Бел-1, Жир-3, Угл-3, С-1, Na-1, Ca-5, Mg-2, P-10
200	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-87, Угл-22, С-3, Na-5, Ca-17, Mg-8, P-7
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, Na-59, Ca-10, Mg-5, P-28
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26, Е-1, Na-220, Ca-12, Mg-12, P-46, Fe-1
180	<b>Рис отварной со сливочным маслом</b>	кКал-260, Бел-5, Жир-6, Угл-48, Na-218, Ca-9, Mg-32, P-99, Fe-1

Директор школы \_\_\_\_\_

Мед.работник \_\_\_\_\_

Заведующий  
производством \_\_\_\_\_