

Питание за счет бюджета 12-18 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u>Завтрак 1</u>	
100	Бутерброд с колбасой полукопченой и сыром	кКал-301, Бел-11, Жир-20, Угл-19, На- 753, Са-25, Mg-12, P-94, Fe-2
200	Чай с сахаром	кКал-40, Угл-11, На-2, Са-15, Mg-2

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа начальное звено 7-11 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u>Завтрак 1</u>	
90	Котлета мясная	кКал-285, Бел-12, Жир-23, Угл-8, С-1, Na-1 079, Са-22, Mg-10, P-16, Fe-2
150	Макаронные изделия отварные с сыром	кКал-223, Бел-8, Жир-8, Угл-28, Е-1, Na-719, Са-159, Mg-13, P-126, Fe-1
200	Чай с лимоном и сахаром	кКал-82, Угл-20, С-3, Na-4, Са-22, Mg-11, P-18, Fe-2
50	Булочка "Студенческая"	кКал-155, Бел-5, Жир-2, Угл-29, Е-1, Na-201, Са-13, Mg-7, P-44, Fe-1
125	Фрукты свежие (мандарины)	кКал-59, Бел-1, Угл-13, С-6, Е-1, Na-18, Са-48, Mg-15, P-20, Fe-6

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа старшие школьники (платное) 12-18 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u>Завтрак 1</u>	
100	Котлета мясная	кКал-316, Бел-13, Жир-25, Угл-9, С-1, Na-1 199, Са-24, Mg-11, P-18, Fe-2
200	Макароны отварные со сливочным маслом	кКал-239, Бел-8, Жир-1, Угл-49, Е-1, Na-12, Са-17, Mg-12, P-74, Fe-1
200	Чай с лимоном и сахаром	кКал-82, Угл-20, С-3, Na-4, Са-22, Mg-11, P-18, Fe-2
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, Е-1, Na-220, Са-12, Mg-12, P-46, Fe-1

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа младшие школьники (льготное) 7-11 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Завтрак 1</u>		
90	Биточки из филе индейки	кКал-205, Бел-14, Жир-13, Угл-9, С-1, Na-57, Са-43, Mg-15, P-128, Fe-2
150	Макаронные изделия отварные с сыром	кКал-223, Бел-8, Жир-8, Угл-28, Е-1, Na-719, Са-159, Mg-13, P-126, Fe-1
200	Чай с лимоном и сахаром	кКал-82, Угл-20, С-3, Na-4, Са-22, Mg-11, P-18, Fe-2
50	Булочка "Студенческая"	кКал-155, Бел-5, Жир-2, Угл-29, Е-1, Na-201, Са-13, Mg-7, P-44, Fe-1
40	Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21, Na-176, Са-10, Mg-10, P-37, Fe-1
210	Фрукты свежие (бананы)	кКал-202, Бел-3, Жир-1, Угл-44, С-21, Е-1, Na-65, Са-34, Mg-88, P-59, Fe-1
<u>Обед</u>		
60	Овощи свежие (помидоры) порционно	кКал-12, Угл-3, С-15, Na-24, Са-8, Mg-12, P-16, Fe-1
215	Плов (мясо говядины)	кКал-423, Бел-20, Жир-17, Угл-48, С-4, Na-1 673, Са-36, Mg-36, P-105, Fe-3
200	Сок фруктовый	кКал-84, Бел-1, Угл-20, С-4, Na-12, Са-14, Mg-8, P-14, Fe-3
40	Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21, Na-176, Са-10, Mg-10, P-37, Fe-1
200	Суп из овощей со сметаной и мясом	кКал-160, Бел-7, Жир-9, Угл-12, С-17, Na-400, Са-52, Mg-17, P-46, Fe-2
40	Хлеб пшеничный	кКал-90, Бел-3, Угл-18, Na-47, Са-8, Mg-4, P-23
89	Фрукты свежие (мандарины)	кКал-42, Угл-9, С-4, Na-12, Са-34, Mg-11, P-14, Fe-4

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа старшие школьники (льготное) 12-18 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Завтрак 1</u>		
100	Биточки из филе индейки	кКал-228, Бел-16, Жир-14, Угл-10, С-2, Na-63, Ca-47, Mg-16, P-142, Fe-2
180	Макаронные изделия отварные с сыром	кКал-268, Бел-10, Жир-10, Угл-34, E-1, Na-863, Ca-191, Mg-15, P-152, Fe-1
200	Чай с лимоном и сахаром	кКал-82, Угл-20, С-3, Na-4, Ca-22, Mg-11, P-18, Fe-2
50	Булочка "Студенческая"	кКал-155, Бел-5, Жир-2, Угл-29, E-1, Na-201, Ca-13, Mg-7, P-44, Fe-1
98	Фрукты свежие (мандарины)	кКал-46, Угл-10, С-5, Na-14, Ca-37, Mg-12, P-16, Fe-5
<u>Обед</u>		
100	Овощи свежие (помидоры) порционно	кКал-20, Бел-1, Угл-4, С-25, Na-40, Ca-14, Mg-20, P-26, Fe-1
250	Суп из овощей со сметаной и мясом	кКал-200, Бел-9, Жир-11, Угл-15, С-21, Na-500, Ca-65, Mg-21, P-58, Fe-2
215	Плов (мясо говядины)	кКал-423, Бел-20, Жир-17, Угл-48, С-4, Na-1 673, Ca-36, Mg-36, P-105, Fe-3
200	Сок фруктовый	кКал-84, Бел-1, Угл-20, С-4, Na-12, Ca-14, Mg-8, P-14, Fe-3
50	Хлеб пшеничный	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, Na-59, Ca-10, Mg-5, P-28
50	Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26, E-1, Na-220, Ca-12, Mg-12, P-46, Fe-1

Директор школы

Мед.работник

Заведующий
производством

Начальное звено платное 7-11 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u>Обед</u>	
36	Овощи свежие (помидоры) порционно	кКал-7, Угл-2, С-9, Na-14, Са-5, Mg-7, P-9
200	Суп из овощей со сметаной	кКал-160, Бел-7, Жир-9, Угл-12, С-17, Na-400, Са-52, Mg-17, P-46, Fe-2
180	Плов (мясо говядины)	кКал-354, Бел-17, Жир-14, Угл-40, С-4, Na-1 401, Са-31, Mg-30, P-88, Fe-3
200	Сок фруктовый	кКал-84, Бел-1, Угл-20, С-4, Na-12, Са-14, Mg-8, P-14, Fe-3
30	Хлеб пшеничный	кКал-67, Бел-2, Угл-14, Na-36, Са-6, Mg-3, P-17
30	Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	кКал-79, Бел-2, Жир-1, Угл-16, Na-132, Са-7, Mg-7, P-28

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа старшие школьники (платное) 12-18 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u>Обед</u>	
50	Овощи свежие (помидоры) порционно	кКал-10, Угл-2, С-13, Na-20, Са-7, Mg-10, P-13
250	Суп из овощей со сметаной	кКал-200, Бел-9, Жир-11, Угл-15, С-21, Na-500, Са-65, Mg-21, P-58, Fe-2
180	Плов (мясо говядины)	кКал-354, Бел-17, Жир-14, Угл-40, С-4, Na-1 401, Са-31, Mg-30, P-88, Fe-3
200	Сок фруктовый	кКал-84, Бел-1, Угл-20, С-4, Na-12, Са-14, Mg-8, P-14, Fe-3
40	Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21, Na-176, Са-10, Mg-10, P-37, Fe-1
40	Хлеб пшеничный	кКал-90, Бел-3, Угл-18, Na-47, Са-8, Mg- 4, P-23

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____