

Питание за счет бюджета 12-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Пищевая ценность
-----------	--------------------	------------------

Завтрак 1

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 (г)	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u>Завтрак 1</u>	
60	Овощи свежие (огурцы) порционно	кКал-8, Угл-2, С-6, Na-5, Ca-14, Mg-8, P-25
180	Рагу из куриного филе	кКал-229, Бел-18, Жир-6, Угл-24, С-28, Na-565, Ca-32, Mg-32, P-84, Fe-2
200	Чай с молоком и сахаром	кКал-121, Бел-3, Жир-3, Угл-20, С-2, Na-53, Ca-135, Mg-24, P-106, Fe-2
50	Хлеб пшеничный	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, Na-59, Ca-10, Mg-5, P-28
129	Фрукты свежие (яблоко)	кКал-61, Бел-1, Жир-1, Угл-13, С-13, Na-34, Ca-21, Mg-12, P-14, Fe-3

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий производством _____

Школа младшие школьники (льготное) 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Завтрак 1</u>		
60	<i>Овощи свежие (огурцы) порционно</i>	кКал-8, Угл-2, С-6, Na-5, Ca-14, Mg-8, P-25
230	<i>Рагу из куриного филе</i>	кКал-292, Бел-23, Жир-8, Угл-31, С-36, Na-722, Ca-41, Mg-41, P-107, Fe-2
200	<i>Чай с молоком и сахаром</i>	кКал-121, Бел-3, Жир-3, Угл-20, С-2, Na-53, Ca-135, Mg-24, P-106, Fe-2
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	кКал-90, Бел-3, Угл-18, Na-47, Ca-8, Mg-4, P-23
40	<i>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21, Na-176, Ca-10, Mg-10, P-37, Fe-1
200	<i>Фрукты свежие (яблоко)</i>	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20, С-20, Na-52, Ca-32, Mg-18, P-22, Fe-4
<u>Обед</u>		
60	<i>Салат "Пестрый"</i>	кКал-62, Бел-1, Жир-3, Угл-7, С-7, Na-410, Ca-18, Mg-9, P-23
200	<i>Суп гороховый с мясом рецепт №2</i>	кКал-259, Бел-8, Жир-18, Угл-16, С-10, Na-1566, Ca-52, Mg-16, P-64, Fe-2
100	<i>Печень по-строгановски</i>	кКал-182, Бел-13, Жир-11, Угл-7, А-6, В2-2, С-24, Е-1, Na-851, Ca-27, Mg-16, P-230, Fe-5
150	<i>Каша пшеничная рассыпчатая</i>	кКал-201, Бел-10, Жир-1, Угл-42, Е-4, Na-16, Ca-160, Mg-31, P-150, Fe-1
200	<i>Компот из ягод св/м (смородина)</i>	кКал-85, Угл-22, С-44, Na-7, Ca-17, Mg-9, P-7
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	кКал-90, Бел-3, Угл-18, Na-47, Ca-8, Mg-4, P-23
40	<i>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21, Na-176, Ca-10, Mg-10, P-37, Fe-1
200	<i>Фрукты свежие (груша)</i>	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-21, С-10, Е-1, Na-28, Ca-38, Mg-24, P-32, Fe-5

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа старшие школьники (льготное) 12-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Завтрак 1</u>		
100	Овощи свежие (огурцы) порционно	кКал-14, Бел-1, Угл-3, С-10, На-8, Са-23, Mg-14, P-42, Fe-1
200	Рагу из куриного филе	кКал-254, Бел-20, Жир-7, Угл-27, С-32, Na-627, Са-35, Mg-36, P-93, Fe-2
200	Чай с молоком и сахаром	кКал-121, Бел-3, Жир-3, Угл-20, С-2, Na-53, Са-135, Mg-24, P-106, Fe-2
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
200	Фрукты свежие (бананы)	кКал-192, Бел-3, Жир-1, Угл-42, С-20, Е-1, Na-62, Са-32, Mg-84, P-56, Fe-1
<u>Обед</u>		
100	Салат "Пестрый"	кКал-103, Бел-2, Жир-5, Угл-12, С-12, Na-683, Са-29, Mg-14, P-38, Fe-1
250	Суп гороховый с мясом рецепт №2	кКал-324, Бел-10, Жир-23, Угл-20, С-13, Na-1 957, Са-65, Mg-20, P-80, Fe-3
100	Печень по-строгановски	кКал-182, Бел-13, Жир-11, Угл-7, А-6, В2-2, С-24, Е-1, Na-851, Са-27, Mg-16, P-230, Fe-5
180	Каша пшеничная рассыпчатая	кКал-242, Бел-12, Жир-1, Угл-50, Е-4, Na-19, Са-192, Mg-37, P-180, Fe-1
200	Компот из ягод св/м (смородина)	кКал-85, Угл-22, С-44, Na-7, Са-17, Mg-9, 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, Е-1, Na-220, Са-12, Mg-12, P-46, Fe-1
187	Фрукты свежие (яблоко)	кКал-88, Бел-1, Жир-1, Угл-18, С-19, Na-49, Са-30, Mg-17, P-21, Fe-4

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа старшие школьники (платное) 12-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Завтрак 1</u>		
35	<i>Овощи свежие (огурцы) порционно</i>	кКал-5, Угл-1, С-4, Na-3, Са-8, Mg-5, P-15
180	<i>Рагу из куриного филе</i>	кКал-229, Бел-18, Жир-6, Угл-24, С-28, Na-565, Са-32, Mg-32, P-84, Fe-2
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-40, Угл-11, Na-2, Са-15, Mg-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	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 (г)	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Обед</u>		
200	<i>Суп гороховый с мясом рецепт №2</i>	кКал-259, Бел-8, Жир-18, Угл-16, С-10, Na-1566, Са-52, Mg-16, P-64, Fe-2
90	<i>Печень по-строгановски</i>	кКал-164, Бел-12, Жир-10, Угл-6, А-5, В2-1, С-21, Е-1, Na-766, Са-25, Mg-14, P-207, Fe-4
150	<i>Каша пшеничная рассыпчатая</i>	кКал-201, Бел-10, Жир-1, Угл-42, Е-4, Na-16, Са-160, Mg-31, P-150, Fe-1
200	<i>Компот из ягод св/м (смородина)</i>	кКал-85, Угл-22, С-44, Na-7, Са-17, Mg-9, P-7
40	<i>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21, Na-176, Са-10, Mg-10, P-37, Fe-1
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	кКал-90, Бел-3, Угл-18, Na-47, Са-8, Mg-4, P-23
60	<i>Салат "Пестрый"</i>	кКал-62, Бел-1, Жир-3, Угл-7, С-7, Na-410, Са-18, Mg-9, P-23
100	<i>Фрукты свежие (яблоко)</i>	кКал-47, Угл-10, С-10, Na-26, Са-16, Mg-9, P-11, Fe-2

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий производством _____

Школа старшие школьники (платное) 12-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Обед</u>		
100	Салат "Пестрый"	кКал-103, Бел-2, Жир-5, Угл-12, С-12, Na-683, Са-29, Mg-14, P-38, Fe-1
250	Суп гороховый с мясом рецепт №2	кКал-324, Бел-10, Жир-23, Угл-20, С-13, Na-1 957, Са-65, Mg-20, P-80, Fe-3
110	Печень по-строгановски	кКал-200, Бел-14, Жир-12, Угл-8, А-6, В2-2, С-26, Е-1, Na-936, Са-30, Mg-18, P-253, Fe-5
200	Каша пшеничная рассыпчатая	кКал-268, Бел-13, Жир-1, Угл-56, Е-5, Na-21, Са-213, Mg-41, P-200, Fe-2
200	Компот из ягод св/м (смородина)	кКал-85, Угл-22, С-44, Na-7, Са-17, Mg-9, P-7
60	Хлеб пшеничный	кКал-134, Бел-4, Жир-1, Угл-28, Е-1, Na-71, Са-12, Mg-7, P-34, Fe-1
60	Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	кКал-159, Бел-5, Жир-2, Угл-31, Е-1, Na-264, Са-14, Mg-14, P-56, Fe-1

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____