

Питание за счет бюджета 12-18 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u>Завтрак 1</u>	
100	Бутерброд 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>		
180	Омлет с мясом	кКал-274, Бел-26, Жир-17, Угл-4, С-1, Е-1, Na-501, Са-144, Mg-21, P-234, Fe-2
200	какао "Несквик" на	кКал-89, Бел-6, Жир-5, Угл-5, С-1, Na-48,
	молоко	Са-128, Mg-65, P-160, Fe-3
50	Хлеб пшеничный	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, Na-59,
		Са-10, Mg-5, P-28
96	Фрукты свежие	кКал-45, Угл-10, С-5, Na-13, Са-36, Mg-
	(мандарины)	12, P-15, Fe-4

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа старшие школьники (платное) 12-18 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Завтрак 1</u>		
190	Омлет с мясом	кКал-289, Бел-27, Жир-18, Угл-5, В2-1, С-1, Е-1, Na-529, Са-152, Mg-22, P-247, Fe-2
200	Чай с сахаром	кКал-40, Угл-11, Na-2, Са-15, Mg-2
50	Хлеб пшеничный	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23, Na-59, Са-10, Mg-5, P-28

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа младшие школьники (льготное) 7-11 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Завтрак 1</u>		
30	Горошек зеленый консервированный (порционно)	кКал-25, Бел-1, Жир-2, Угл-2, С-3, Е-1, Na-103, Ca-6, Mg-6, P-18
180	Омлет с мясом	кКал-274, Бел-26, Жир-17, Угл-4, С-1, Е-1, Na-501, Ca-144, Mg-21, P-234, Fe-2
200	Какао "Несквик" на молоке	кКал-89, Бел-6, Жир-5, Угл-5, С-1, Na-48, Ca-128, Mg-65, P-160, 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, Е-1, Na-220, Ca-12, Mg-12, P-46, Fe-1
164	Фрукты свежие (яблоко)	кКал-77, Бел-1, Жир-1, Угл-16, С-16, Na-43, Ca-26, Mg-15, P-18, Fe-4
<u>Обед</u>		
200	Суп-лапша по-домашнему с котлетой рыбной	кКал-139, Бел-6, Жир-5, Угл-11, С-14, Na-793, Ca-34, Mg-21, P-75, Fe-2
100	"Любительская"	кКал-250, Бел-16, Жир-11, Угл-21, Ca-1, P-1
150	Каша пшеничная рассыпчатая	кКал-205, Бел-7, Жир-2, Угл-40, Na-7, Ca-26, Mg-51, P-140, Fe-2
40	Хлеб пшеничный	кКал-90, Бел-3, Угл-18, Na-47, Ca-8, Mg-4, P-23
40	Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21, Na-176, Ca-10, Mg-10, P-37, Fe-1
60	Винегрет овощной с зеленым горошком	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-5, С-6, Na-38, Ca-11, Mg-8, P-22
200	Компот из ягод св/м (смородина)	кКал-85, Угл-22, С-44, Na-7, Ca-17, Mg-9, P-7
180	Фрукты свежие (мандарины)	кКал-85, Бел-1, Жир-1, Угл-19, С-9, Е-1, Na-25, Ca-68, Mg-22, P-29, Fe-8

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа старшие школьники (льготное) 12-18 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
<u>Завтрак 1</u>		
50	Горошек зеленый консервированный (порционно)	кКал-42, Бел-1, Жир-3, Угл-3, С-6, Е-1, Na-171, Са-11, Mg-10, P-30
200	Омлет с мясом	кКал-304, Бел-29, Жир-19, Угл-5, В2-1, С-1, Е-1, Na-557, Са-160, Mg-24, P-260, Fe-2
200	Какао "Несквик" на молоке	кКал-89, Бел-6, Жир-5, Угл-5, С-1, Na-48, Са-128, Mg-65, P-160, Fe-3
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
240	Фрукты свежие (бананы)	кКал-230, Бел-4, Жир-1, Угл-50, С-24, Е-1, Na-74, Са-38, Mg-101, P-67, Fe-1
<u>Обед</u>		
250	Суп-лапша по-домашнему с	кКал-173, Бел-7, Жир-7, Угл-14, С-18, Na-992, Са-43, Mg-26, P-94, Fe-3
100	Котлета рыбная "Любительская"	кКал-250, Бел-16, Жир-11, Угл-21, Са-1, P-1
180	Каша пшеничная рассыпчатая	кКал-246, Бел-8, Жир-2, Угл-48, Na-8, Са-31, Mg-61, P-168, 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
100	Винегрет овощной с зеленым горошком	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-8, С-9, Na-63, Са-18, Mg-13, P-37, Fe-1
200	Компот из ягод св/м (смородина)	кКал-85, Угл-22, С-44, Na-7, Са-17, Mg-9, P-7

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Начальное звено платное 7-11 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u>Обед</u>	
200	Суп-лапша по-домашнему с	кКал-139, Бел-6, Жир-5, Угл-11, С-14, Na-793, Са-34, Mg-21, P-75, Fe-2
100	Котлета рыбная "Любительская"	кКал-250, Бел-16, Жир-11, Угл-21, Са-1, P-1
150	Каша пшенная рассыпчатая	кКал-205, Бел-7, Жир-2, Угл-40, Na-7, Са-26, Mg-51, P-140, Fe-2
200	Компот из ягод св/м (смородина)	кКал-85, Угл-22, С-44, Na-7, Са-17, Mg-9, P-7
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
60	Винегрет овощной с зеленым горошком	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-5, С-6, Na-38, Са-11, Mg-8, P-22

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____

Школа старшие школьники (платное) 12-18 лет

Выход	Наименование блюда	Пищевая ценность
	<u>Обед</u>	
60	Винегрет овощной с зеленым горошком	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-5, С-6, Na-38, Са-11, Mg-8, P-22
200	Суп-лапша по-домашнему с	кКал-139, Бел-6, Жир-5, Угл-11, С-14, Na-793, Са-34, Mg-21, P-75, Fe-2
100	Котлета рыбная "Любительская"	кКал-250, Бел-16, Жир-11, Угл-21, Са-1, P-1
180	Каша пшенная рассыпчатая	кКал-246, Бел-8, Жир-2, Угл-48, Na-8, Са-31, Mg-61, P-168, Fe-2
40	Хлеб пшеничный	кКал-90, Бел-3, Угл-18, Na-47, Са-8, Mg-4, P-23
200	Компот из ягод св/м (смородина)	кКал-85, Угл-22, С-44, Na-7, Са-17, Mg-9, P-7
80	Фрукты свежие (мандарины)	кКал-38, Угл-8, С-4, Na-11, Са-30, Mg-10, P-13, Fe-4

Директор школы _____

Мед.работник _____

Заведующий
производством _____