

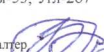


**(Меню 12-18 лет школа (осень 2023-2024))**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
185	<b>Каша рисовая молочная жидкая 180/5</b> <small>молоко, крупа рисовая, масло сливочное несоленое, сахар-песок, соль</small>	кКал-206, Белки-5, Жиры-7, Угл-28	=
40	<b>Яйца вареные.</b>	кКал-59, Белки-5, Жиры-4	=
15	<b>Сыр 15гр.</b>	кКал-53, Белки-4, Жиры-4	=
200	<b>Какао с молоком</b> <small>молоко, сахар-песок, какао-порошок</small>	кКал-103, Белки-4, Жиры-4, Угл-14	=
50	<b>Батон 50</b>	кКал-125, Белки-4, Угл-25	=
150	<b>Яблоки</b>	кКал-71, Белки-1, Жиры-1, Угл-15	=
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-617, Белки-23, Жиры-20, Угл-82	=
<u>Обед</u>			
120	<b>Салат из белокочанной капусты и свеклы 120</b> <small>капуста белокочанная, свекла очищенная, масло растительное, сахар-песок, кислота лимонная, соль</small>	кКал-88, Белки-3, Жиры-1, Угл-10	=
270	<b>Уха рыбацкая 250/20</b> <small>картофель очищенный п.ф., горбуша, лук репчатый, масло сливочное несоленое, соль</small>	кКал-116, Белки-6, Жиры-4, Угл-13	=
240	<b>Жаркое по-домашнему с говядиной 240</b> <small>говядина (безкостная) кат. а, картофель очищенный п.ф., лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль</small>	кКал-415, Белки-24, Жиры-24, Угл-24	=
200	<b>Кисель витаминизированный</b>	кКал-85, Угл-22	=
40	<b>Хлеб пшеничный 40</b>	кКал-89, Белки-3, Угл-19	=
40	<b>Хлеб ржаной 40</b>	кКал-77, Белки-3, Угл-13	=
<b>Итого за Обед</b>		кКал-870, Белки-39, Жиры-29, Угл-101	=
<u>Полдник</u>			
100	<b>Вафли</b>	кКал-200, Белки-5, Жиры-2, Угл-67	=
200	<b>Чай с молоком</b> <small>молоко, сахар-песок, чай</small>	кКал-86, Белки-2, Жиры-2, Угл-17	=
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-286, Белки-7, Жиры-4, Угл-84	=
<b>Итого за день</b>		кКал-1 773, Белки-69, Жиры-53, Угл-267	=
И.о. директора	 Султанова Е.С.	Зав. производств. вом	 Минхарина Т.Е.
		Бухгалтер	 Калужина Н.В.

**( Меню 7-11 лет школа (осень 2023-2024) )**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u><b>Завтрак</b></u>			
155	<b>Каша рисовая молочная жидкая 150/5</b> <small>молоко, крупа рисовая, масло сливочно-сливочное несоленое, сахар-песок, соль</small>	кКал-172, Белки-4, Жиры-6, Угл-24	=
40	<b>Яйца вареные.</b>	кКал-59, Белки-5, Жиры-4	=
10	<b>Сыр 10гр.</b>	кКал-45, Белки-3, Жиры-3	=
200	<b>Какао с молоком</b> <small>молоко, сахар-песок, какао- порошок</small>	кКал-103, Белки-4, Жиры-4, Угл-14	=
40	<b>Батон 40</b>	кКал-102, Белки-3, Жиры-1, Угл-20	=
150	<b>Яблоки</b>	кКал-71, Белки-1, Жиры-1, Угл-15	=
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-552, Белки-20, Жиры-19, Угл-73	=
<u><b>Обед</b></u>			
80	<b>Салат из белокочанной капусты и свеклы 80</b> <small>капуста белокочанная, свекла очищенная, масло растительное, сахар-песок, кислота лимонная, соль</small>	кКал-58, Белки-2, Угл-7	=
270	<b>Уха рыбацкая 250/20</b> <small>картофель очищенный п.ф., горбуша, лук репчатый, масло сливочно-сливочное несоленое, соль</small>	кКал-116, Белки-6, Жиры-4, Угл-13	=
200	<b>Жаркое по-домашнему с говядиной 200</b> <small>картофель очищенный п.ф., говядина (безкостная) кат. а, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль</small>	кКал-346, Белки-15, Жиры-20, Угл-20	=
200	<b>Кисель витаминизированный</b>	кКал-85, Угл-22	=
40	<b>Хлеб пшеничный 40</b>	кКал-89, Белки-3, Угл-19	=
40	<b>Хлеб ржаной 40</b>	кКал-77, Белки-3, Угл-13	=
<b>Итого за Обед</b>		кКал-771, Белки-29, Жиры-24, Угл-94	=
<u><b>Полдник</b></u>			
100	<b>Вафли</b>	кКал-200, Белки-5, Жиры-2, Угл-67	=
200	<b>Чай с молоком</b> <small>молоко, сахар-песок, чай</small>	кКал-86, Белки-2, Жиры-2, Угл-17	=
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-286, Белки-7, Жиры-4, Угл-84	=
<b>Итого за день</b>		кКал-1 609, Белки-56, Жиры-47, Угл-251	=

И.о. директора

Султанова Е.С.

Зав. производст

вом

Мишуркина Т.Е.

Бухгалтер

Калугина Н.В.