

МЕНЮ с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
200	Каша жидкая молочная из манной крупы . молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная	ЭЦ-234, Бел-6, Жир-10, Угл-30		181
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
Итого за Завтрак		ЭЦ-645, Бел-18, Жир-22, Угл-88	73-20	
Обед				
200	Суп картофельный с вермишелью картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14		103
50	Котлеты рубленые из филе птицы. филе цб, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное, масло растительное, соль йодированная	ЭЦ-169, Бел-8, Жир-12, Угл-8		294
120	Каша рассыпчатая гречневая с маслом крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
30	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-75, Угл-20		70
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед		ЭЦ-882, Бел-23, Жир-23, Угл-139	100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Суп картофельный с вермишелью картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14		103
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за день		ЭЦ-343, Бел-5, Жир-6, Угл-62	45-39	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		ЭЦ-1 870, Бел-46, Жир-51, Угл-289		



МЕНЮ с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
100	Омлет натуральный. яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-105, Бел-10, Жир-17, Угл-2		210
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. свекла, масло растительное.	ЭЦ-56, Бел-1, Жир-4, Угл-5		52
200	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-80, Угл-20		379
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-486, Бел-18, Жир-24, Угл-70	73-20	
Обед				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томат, соль йодированная	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
70/30	Рыба, тушеная в томате с овощами минтай, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная	ЭЦ-105, Бел-10, Жир-5, Угл-4		229
120	Картофельное пюре с маслом картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17		128
180/15/7	Чай с сахаром и лимоном. сахар, лимоны, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		377
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед		ЭЦ-537, Бел-19, Жир-18, Угл-68	100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томат, соль йодированная	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
180/15/7	Чай с сахаром и лимоном. сахар, лимоны, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		377
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		ЭЦ-189, Бел-3, Жир-5, Угл-30		
Итого за день		ЭЦ-1 212, Бел-40, Жир-47, Угл-168		



МЕНЮ с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
50/20	Тефтели мясные с соусом свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., томат, крупа рисовая, соль йодированная	ЭЦ-142, Бел-4, Жир-10, Угл-7		279
120	Каша рассыпчатая ячневая с маслом. крупа ячневая., масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5		171
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-719, Бел-13, Жир-41, Угл-71	73-20	
Обед				
200	Суп картофельный с горохом . картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
60	Сосиски отварные .	ЭЦ-179, Бел-6, Жир-17		243
120	Макаронные изделия отварные с маслом. макароны, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24		203
30	Салат из белокачанной капусты свежей капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-18, Жир-1, Угл-2		45
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед		ЭЦ-787, Бел-21, Жир-29, Угл-105	100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Суп картофельный с горохом . картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		ЭЦ-367, Бел-7, Жир-8, Угл-61		
Итого за день		ЭЦ-1 873, Бел-41, Жир-77, Угл-236		



МЕНЮ с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
200	Суп молочный с овсяной крупой молоко с мдж 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное, сахар, соль йодированная	ЭЦ-149, Бел-6, Жир-6, Угл-18		101
200	Какао с молоком.. молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-645, Бел-22, Жир-22, Угл-86	73-20	
Обед				
200	Борщ с капустой и картофелем.. свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное, петрушка (корень), сахар, соль йодированная	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
160	Плов из курицы цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное., лук репчатый, томат, соль йодированная	ЭЦ-356, Бел-16, Жир-20, Угл-28		291
30	Салат из моркови с сахаром морковь, сахар	ЭЦ-25, Угл-3		62
180	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-72, Угл-18		379
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед		ЭЦ-878, Бел-26, Жир-35, Угл-108	100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Борщ с капустой и картофелем.. свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
180	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-72, Угл-18		379
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		ЭЦ-405, Бел-6, Жир-14, Угл-60	45-39	
Итого за день		ЭЦ-1 928, Бел-54, Жир-71, Угл-254		



МЕНЮ с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
50/20	Печень, тушенная в соусе <i>печень, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-125, Бел-10, Жир-7, Угл-6		261
120	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-658, Бел-24, Жир-17, Угл-97	73-20	
Обед				
200	Суп картофельный с крупой(ячневый) <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10		101
50	Котлеты ,биточки мясные. <i>свинина, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-185, Бел-6, Жир-14, Угл-8		268
120	Картофельное пюре с маслом <i>картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17		128
30	Икра свекольная <i>свекла, томаты, лук репчатый, масло растительное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-33, Жир-2, Угл-3		75
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед		ЭЦ-752, Бел-17, Жир-28, Угл-102	100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Суп картофельный с крупой(ячневый) <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10		101
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		ЭЦ-317, Бел-4, Жир-6, Угл-58	45-39	
Итого за день		ЭЦ-1 727, Бел-45, Жир-51, Угл-257		



МЕНЮ с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимос ть	Номер рецептур
Завтрак				
200	Суп молочный с вермишелью. молоко с м.д.ж 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная	ЭЦ-120, Бел-4, Жир-4, Угл-14		120
200	Кофейный напиток. сахар, кофейный напиток	ЭЦ-80, Угл-20		379
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
Итого за Завтрак		ЭЦ-550, Бел-17, Жир-16, Угл-77	73-20	

Обед

200	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат, соль йодированная	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
160	Жаркое по-домашнему картофель, свинина, лук репчатый, томат, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-368, Бел-12, Жир-28, Угл-16		259
30	Горошек овощной (консервированный).	ЭЦ-11, Бел-1, Угл-2		131
180	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-54, Угл-14		376
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед		ЭЦ-659, Бел-19, Жир-34, Угл-64	100-00	

Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р

200	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат, соль йодированная	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
180	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-54, Угл-14		376

Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р ЭЦ-187, Бел-3, Жир-5, Угл-30

Итого за день ЭЦ-1 396, Бел-38, Жир-55, Угл-171



МЕНЮ с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
50/20	Рыба, тушенная в томате с овощами <i>минтай, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная</i>	ЭЦ-74, Бел-7, Жир-3, Угл-3		229
120	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом <i>крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28		171
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-571, Бел-20, Жир-13, Угл-89	73-20	
Обед				
200	Суп картофельный с горохом . <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная</i>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
70	Птица тушеная в соусе сметанном/ <i>филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-107, Бел-8, Жир-7, Угл-2		290
120	Макаронные изделия отварные с маслом. <i>макаронны, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24		203
30	Салат из квашеной капусты <i>капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло растительное.</i>	ЭЦ-26, Бел-1, Жир-2, Угл-3		47
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед		ЭЦ-723, Бел-23, Жир-19, Угл-108	100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Суп картофельный с горохом . <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная</i>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		ЭЦ-367, Бел-7, Жир-8, Угл-61		
Итого за день		ЭЦ-1 661, Бел-50, Жир-40, Угл-258		



МЕНЮ с 7-11 лет и с 12 лет старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
100/20	Запеканка из творога с молоком сгущенным . творог, молоко сгущенное, сахар, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, яйцо куриное, соль йодированная	ЭЦ-324, Бел-18, Жир-13, Угл-34		223
200	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-80, Угл-20		379
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
100	Фрукты свежие(Яблоки красн- зелен)	ЭЦ-68, Угл-10		386
Итого за Завтрак		ЭЦ-717, Бел-26, Жир-17, Угл-106	73-20	
<u>Обед</u>				
200	Суп картофельный с клецками. картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15		108
70	Тефтели мясные с соусом свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., томат , крупа рисовая, соль йодированная	ЭЦ-142, Бел-4, Жир-10, Угл-7		279
120	Каша рассыпчатая ячневая с маслом. крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5		171
30	Винегрет овощной . картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное.	ЭЦ-38, Жир-3, Угл-2		67
180	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-54, Угл-14		376
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед		ЭЦ-774, Бел-14, Жир-46, Угл-70	100-00	
<u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р</u>				
200	Суп картофельный с клецками. картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15		108
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-54, Угл-14		376
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		ЭЦ-257, Бел-4, Жир-7, Угл-39		
Итого за день		ЭЦ-1 747, Бел-44, Жир-70, Угл-215		



МЕНЮ с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
200	Макароны отварные с сыром <i>макароны, сыр, масло сливочное</i>	ЭЦ-334, Бел-14, Жир-16, Угл-34		204
200	Какао с молоком.. <i>молоко с мдэ 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
Итого за Завтрак		ЭЦ-758, Бел-25, Жир-26, Угл-102	73-20	
Обед				
200	Рассольник Ленинградский <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10		96
70	Печень, тушенная в соусе <i>печень., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-125, Бел-10, Жир-7, Угл-6		261
120	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
30	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-75, Угл-20		70
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед		ЭЦ-828, Бел-24, Жир-20, Угл-133	100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Рассольник Ленинградский <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10		96
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		ЭЦ-334, Бел-4, Жир-8, Угл-58		
Итого за день		ЭЦ-1 921, Бел-53, Жир-53, Угл-293		



МЕНЮ с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)	Номер рецептуры
Завтрак				
50/20	Птица отварная с соусом. цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-265, Бел-17, Жир-21, Угл-1		288
120	Рис припущенный крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-160, Бел-3, Жир-3, Угл-29		305
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-730, Бел-27, Жир-28, Угл-88	73-20	
Обед				
200	Борщ с капустой и картофелем.. свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
60	Сосиски отварные .	ЭЦ-179, Бел-6, Жир-17		243
120	Каша рассыпчатая перловая с маслом. крупа перловая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5		171
30	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. свекла, масло растительное.	ЭЦ-28, Жир-2, Угл-2		52
180	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18		389
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед		ЭЦ-980, Бел-18, Жир-62, Угл-85	100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Борщ с капустой и картофелем.. свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
180	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18		389
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		ЭЦ-410, Бел-7, Жир-15, Угл-60		
Итого за день		ЭЦ-2 120, Бел-52, Жир-105, Угл-233		

