



## Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Горячий завтрак1</b>			
157	Каша овсяная молочная	Калорийность-219, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-26	
90	Запеканка из творога с молочным соусом	Калорийность-189, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13	
200	Напиток апельсиновый	Калорийность-73, Углеводы-19	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
<b>Итого за Горячий завтрак1</b>		Калорийность-676, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-105	
<b>Обед1</b>			
210	Рассольник "Ленинградский"	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-18	
90	Биточки из птицы с соусом	Калорийность-160, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-10	
150	Рагу из овощей	Калорийность-164, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-21	
200	Напиток из свежих плодов (яблоки)	Калорийность-68, Углеводы-17	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9	
<b>Итого за Обед1</b>		Калорийность-637, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-92	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 312, Белки-51, Жиры-45, Углеводы-197	

## Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Горячий завтрак2</b>			
189	Каша овсяная молочная	Калорийность-243, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-32	
90	Запеканка из творога с молочным соусом	Калорийность-189, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13	
200	Напиток апельсиновый	Калорийность-73, Углеводы-19	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
<b>Итого за Горячий завтрак2</b>		Калорийность-699, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-111	
<b>Обед2</b>			
260	Рассольник "Ленинградский"	Калорийность-147, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-22	
90	Биточки из птицы с соусом	Калорийность-160, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-10	
180	Рагу из овощей	Калорийность-197, Белки-4, Жиры-12, Углеводы-25	
200	Напиток из свежих плодов (яблоки)	Калорийность-68, Углеводы-17	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
<b>Итого за Обед2</b>		Калорийность-766, Белки-31, Жиры-27, Углеводы-122	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 465, Белки-56, Жиры-48, Углеводы-233	

Директор

*Абрамова Т.Ю.*  
Абрамова Т.Ю.

Технолог

*Сабитова К.Ю.*  
Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-кассир

*Милентова Т.Ю.*  
Милентова Т.Ю.