

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак1			
40	<i>Печенье 40</i>	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24	
205	<i>Жаркое по-домашнему 205</i>	Калорийность-292, Белки-12, Жиры-18, Углеводы-37	
200	<i>Чай с сахаром 200</i>	Калорийность-27, Углеводы-7	
30	<i>Хлеб пшеничный для детского питания 30</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-605, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-97	
Обед1			
200	<i>Суп картофельный с бобовыми 200</i>	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-26	
90	<i>Тефтели из говядины с рисом и соусом 90</i>	Калорийность-221, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-10	
150	<i>Рагу из овощей 150</i>	Калорийность-164, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-21	
200	<i>Напиток из замороженной компотной смеси 200</i>	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	
30	<i>Хлеб пшеничный для детского питания 30</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед1		Калорийность-702, Белки-22, Жиры-32, Углеводы-91	
Итого за день		Калорийность-1 307, Белки-42, Жиры-57, Углеводы-188	

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак2			
60	<i>Печенье</i>	Калорийность-211, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-36	
225	<i>Жаркое по-домашнему 225</i>	Калорийность-426, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-23	
200	<i>Чай с сахаром 200</i>	Калорийность-27, Углеводы-7	
40	<i>Хлеб пшеничный для детского питания 40</i>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-834, Белки-37, Жиры-35, Углеводы-107	
Обед2			
250	<i>Суп картофельный с бобовыми 250</i>	Калорийность-144, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23	
90	<i>Тефтели из говядины с рисом и соусом 90</i>	Калорийность-221, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-10	
180	<i>Рагу из овощей 180</i>	Калорийность-197, Белки-4, Жиры-12, Углеводы-25	
200	<i>Напиток из замороженной компотной смеси 200</i>	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	
40	<i>Хлеб пшеничный для детского питания 40</i>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
40	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40</i>	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Обед2		Калорийность-778, Белки-25, Жиры-35, Углеводы-110	
Итого за день		Калорийность-1 612, Белки-62, Жиры-70, Углеводы-217	