

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак1			
154	Каша вязкая молочная пшеничная 154	Калорийность-216, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-28	
150	Яблоко	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
200	Какао с молоком 200	Калорийность-107, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	
30	Хлеб пшеничный для детского питания 30	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак1			71-09
Обед1			
80	Салат "Степной" 80	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
200	Суп картофельный с крупой 200	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30	
150	Паста сливочная с курицей (с томатами) 150	Калорийность-326, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-23	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7	
40	Хлеб пшеничный для детского питания 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед1			79-73
Итого за день			Калорийность-1 259, Белки-40, Жиры-40, Углеводы-186

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак2			
185	Каша вязкая молочная пшеничная 185	Калорийность-259, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-34	
162	Яблоко	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-16	
200	Какао с молоком 200	Калорийность-107, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	
30	Хлеб пшеничный для детского питания 30	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак2			78-02
Обед2			
100	Салат "Степной" 100	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7	
250	Суп картофельный с крупой 250	Калорийность-180, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38	
180	Паста сливочная с курицей (с томатами) 180	Калорийность-391, Белки-16, Жиры-24, Углеводы-28	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7	
40	Хлеб пшеничный для детского питания 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед2			90-02
Итого за день			Калорийность-1 422, Белки-46, Жиры-47, Углеводы-206