

**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>			
60	Салат из белокочанной капусты	Калорийность-86; Белки-2, Жиры-6, Углеводы-6	
90	Тефтели из говядины с рисом и соусом	Калорийность-221, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-10	
154	Каша пшениная рассыпчатая	Калорийность-230, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-39	
200	Напиток с витаминами " ВитаЛайт НК"	Калорийность-35, Углеводы-9	
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 Горячий завтрак1</b>		Калорийность-694, Белки-21, Жиры-28, Углеводы-90	
<b>Обед1</b>			
210	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	
205	Плов	Калорийность-393, Белки-12, Жиры-18, Углеводы-48	
30	Печень	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	
200	Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-7	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Обед1</b>		Калорийность-790, Белки-22, Жиры-28, Углеводы-126	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1484, Белки-43, Жиры-56, Углеводы-216	

**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>			
100	Салат из белокочанной капусты	Калорийность-143, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-10	
90	Тефтели из говядины с рисом и соусом	Калорийность-221, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-10	
185	Каша пшениная рассыпчатая	Калорийность-276, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-47	
200	Напиток с витаминами " ВитаЛайт НК"	Калорийность-35, Углеводы-9	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9	
<b>Итого за Горячий завтрак2</b>		Калорийность-823, Белки-24, Жиры-33, Углеводы-114	
<b>Обед2</b>			
260	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-14	
225	Плов	Калорийность-426, Белки-13, Жиры-19, Углеводы-53	
60	Печень	Калорийность-211, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-26	
200	Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-7	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Обед2</b>		Калорийность-946, Белки-25, Жиры-34, Углеводы-152	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1769, Белки-50, Жиры-67, Углеводы-266	

Директор

Абрамова Т.Ю.

Телеграф

Савинова К.Ю.

Бухгалтер-нач

Милославская Т.Ю.