

**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>			
100	<i>Рыба тушеная в томате с овощами</i>	Калорийность-154, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-4	
155	<i>Каша гречневая вязкая</i>	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36	
200	<i>Напиток из смеси сухофруктов</i>	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-28	
40	<i>Хлеб пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Горячий завтрак1</b>		Калорийность-674, Белки-27, Жиры-17, Углеводы-110	
<b>Обед1</b>			
210	<i>Рассольник "Ленинградский"</i>	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-18	
100	<i>Тефтели рыбные с соусом</i>	Калорийность-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
180	<i>Рис припущенный</i>	Калорийность-242, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-42	
200	<i>Сок разливной</i>	Калорийность-90, Белки-1, Углеводы-20	
20	<i>Печенье</i>	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12	
30	<i>Хлеб пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9	
<b>Итого за Обед1</b>		Калорийность-778, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-127	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1452, Белки-47, Жиры-42, Углеводы-237	

**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	<i>Рыба тушеная в томате с овощами</i>	Калорийность-154, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-4	
210	<i>Каша гречневая вязкая</i>	Калорийность-319, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-48	
200	<i>Напиток из смеси сухофруктов</i>	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-28	
40	<i>Хлеб пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Горячий завтрак2</b>		Калорийность-754, Белки-30, Жиры-19, Углеводы-122	
<b>Обед2</b>			
260	<i>Рассольник "Ленинградский"</i>	Калорийность-147, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-22	
100	<i>Тефтели рыбные с соусом</i>	Калорийность-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
200	<i>Рис припущенный</i>	Калорийность-269, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47	
40	<i>Печенье</i>	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24	
200	<i>Сок разливной</i>	Калорийность-90, Белки-1, Углеводы-20	
30	<i>Хлеб пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
<b>Итого за Обед2</b>		Калорийность-923, Белки-23, Жиры-30, Углеводы-153	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1677, Белки-53, Жиры-49, Углеводы-275	

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-кассир  
Мелентьева Т.Ю.