

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
90	<i>П/Ф биточки из птицы с соусом</i>	Калорийность-160, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-10	
185	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Калорийность-242, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39	
200	<i>Кофейный напиток на молоке</i>	Калорийность-91, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-11	
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	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-664, Белки-33, Жиры-15, Углеводы-103	
Обед1			
200	<i>Суп-лапша (п/ф) домашняя</i>	Калорийность-40, Жиры-3, Углеводы-2	
90	<i>Цыплята отварные</i>	Калорийность-138, Белки-29, Жиры-2, Углеводы-1	
155	<i>Каша гречневая вязкая</i>	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36	
200	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-107, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	
40	<i>Хлеб пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
40	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Обед1		Калорийность-718, Белки-48, Жиры-18, Углеводы-98	
Итого за день		Калорийность-1382, Белки-81, Жиры-33, Углеводы-201	

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак2			
90	<i>П/Ф биточки из птицы с соусом</i>	Калорийность-160, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-10	
210	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Калорийность-269, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-44	
200	<i>Кофейный напиток на молоке</i>	Калорийность-91, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-11	
40	<i>Хлеб пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
40	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-714, Белки-35, Жиры-15, Углеводы-112	
Обед2			
250	<i>Суп-лапша (п/ф) домашняя</i>	Калорийность-50, Жиры-4, Углеводы-2	
90	<i>Цыплята отварные</i>	Калорийность-138, Белки-29, Жиры-2, Углеводы-1	
187	<i>Каша гречневая вязкая</i>	Калорийность-287, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	
200	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-107, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	
40	<i>Хлеб пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
40	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Обед2		Калорийность-775, Белки-50, Жиры-20, Углеводы-106	
Итого за день		Калорийность-1490, Белки-85, Жиры-35, Углеводы-218	

