

Меню (7-11 лет БП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак7			
10	Масло сливочное.	ККАЛ-86, Ж-7	11
240	Каши "Петровская" (перловка,мясо). <i>Окорок свиной, Масло сливочное в блюде, Лук репка, Соль, Перловка, Вода, Морковь св</i>	ККАЛ-377, Б-14, Ж-14, У-52	73
200	Чай цитрусовый. <i>Чай, Сахар, Апельсины, Лимон, Вода</i>	ККАЛ-60, У-16	6
40	Батон.	ККАЛ-89, Б-3, Ж-1, У-20	6
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7	2
Итого за Завтрак7			98
Обед7			
30	Салат яичный. <i>Яйцо, Огурцы консервированные, Лук репка, Масло растительное, Соль, Лимон, Зелень сухая</i>	ККАЛ-66, Б-2, Ж-6, У-1	9
90	Котлета мясная с овощами. <i>фарш мясной, Яйцо, Капуста св, Морковь св, Сметана 15%, Масло сливочное в блюде, Соль, Мука, Масса пшф, Масло растительное</i>	ККАЛ-202, Б-12, Ж-16, У-6	47
150	Картофель тушеный с овощами и томатом <i>Картофель св, Лук репка, Морковь св, Масло сливочное в блюде, Томат-паста, Лавровый лист, Чеснок св, Вода</i>	ККАЛ-161, Б-3, Ж-6, У-26	24
200	Напиток "Янтарный". <i>Сухофрукты, Лимон, Мед, Яблоки, Вода</i>	ККАЛ-101, Б-1, У-25	9
50	Хлеб белый пшеничный	ККАЛ-113, Б-4, У-25	6
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7	3
Итого за Обед7			98
Итого за			196

Директор
МБОУ
"Лицей №3"
Аскарова М.А.

ИП Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

Меню (12-18 лет БП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак11			
20	Масло сливочное.	ККАЛ-132, Ж-15	22
300	Каши "Петровская" (перловка,мясо). <i>Окорок свиной, Масло сливочное в блюде, Лук репка, Соль, Перловка, Вода, Морковь св</i>	ККАЛ-471, Б-18, Ж-17, У-65	92
200	Чай цитрусовый. <i>Чай, Сахар, Апельсины, Лимон, Вода</i>	ККАЛ-60, У-16	6
40	Батон	ККАЛ-89, Б-3, Ж-1, У-20	6
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7	3
Итого за Завтрак11			129
Обед11			
30	Салат яичный. <i>Яйцо, Огурцы консервированные, Лук репка, Масло растительное, Соль, Лимон, Зелень сухая</i>	ККАЛ-66, Б-2, Ж-6, У-1	9
100	Котлета мясная с овощами. <i>фарш мясной, Яйцо, Капуста св, Морковь св, Сметана 15%, Масло сливочное в блюде, Соль, Мука, Масса пшф, Масло растительное</i>	ККАЛ-225, Б-13, Ж-18, У-7	68
200	Картофель тушеный с овощами и томатом <i>Картофель св, Лук репка, Морковь св, Масло сливочное в блюде, Томат-паста, Лавровый лист, Чеснок св, Вода</i>	ККАЛ-215, Б-4, Ж-7, У-34	33
200	Напиток "Янтарный". <i>Сухофрукты, Лимон, Мед, Яблоки, Вода</i>	ККАЛ-101, Б-1, У-25	9
60	Хлеб белый пшеничный	ККАЛ-113, Б-4, У-25	7
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7	3
Итого за Обед11			129
Итого за			258

Директор
МБОУ
"Лицей №3"
Аскарова М.А.

ИП Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

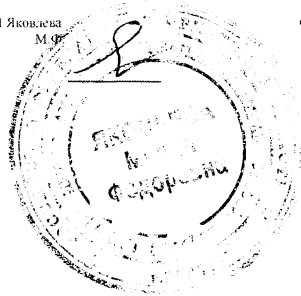
меню (ДИ, ОБЗ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 7 и			
15	Масло сливочное.	ККАЛ-98 Ж-11	17
225	Каши "Черноморочка" пшениая <i>Пшено, Молоко 3,2%, Чернослив, Масло сливочное в блюде, Сахар, Вода</i>	ККАЛ-278, Б-7, Ж-11, У-39	25
200	Чай цитрусовый. <i>Чай, Сахар, Апельсины, Лимон, Вода</i>	ККАЛ-60, У-16	6
40	Батон	ККАЛ-88, Б-3, Ж-1, У-20	6
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-35, Б-1, У-7	2
Итого за Завтрак 7 и			56
Обед 7 и			
200	Кулеш с птицей <i>Филе куриное, Пшено, Лук репка, Масло сливочное в блюде, Вода</i>	ККАЛ-121, Б-5, Ж-6, У-10	22
80	Котлета мясная с овощами. <i>фарш мясной, Яйцо, Капуста св, Морковь св, Сметана 15%, Масло сливочное в блюде, Соль, Мука, Масса п.ф, Масло растительное</i>	ККАЛ-180, Б-11, Ж-14, У-5	47
150	Картофель тушеный с овощами и томатом <i>Картофель св, Лук репка, Морковь св, Масло сливочное в блюде, Томат-паста, Лавровый лист, Чеснок св, Вода</i>	ККАЛ-161, Б-3, Ж-6, У-26	26
200	Напиток "Янтарный". <i>Сухофрукты, Лимон, Мед, Яблоки, Вода</i>	ККАЛ-101, Б-1, У-25	9
50	Хлеб белый пшеничный	ККАЛ-113, Б-4, У-25	6
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-2, У-10	3
Итого за Обед 7 и			113
Итого за			169

Директор
МБОУ
"Лицей №3"
АскарOVA М.А.

ИП Яковлева
М.Ф.

Фельдшер
С.Р.



меню (ДИ, ОБЗ, 12 и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 1 и			
270	Каши "Черноморочка" пшениая <i>Пшено, Молоко 3,2%, Чернослив, Масло сливочное в блюде, Сахар, Вода</i>	ККАЛ-334, Б-8, Ж-13, У-47	28
200	Чай цитрусовый. <i>Чай, Сахар, Апельсины, Лимон, Вода</i>	ККАЛ-60, У-16	6
50	Батон	ККАЛ-111, Б-3, Ж-1, У-25	7
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-2, У-10	3
Итого за Завтрак 1 и			44
Обед 1 и			
250	Кулеш с птицей <i>Филе куриное, Пшено, Лук репка, Масло сливочное в блюде, Вода</i>	ККАЛ-151, Б-6, Ж-7, У-13	28
100	Котлета мясная с овощами. <i>фарш мясной, Яйцо, Капуста св, Морковь св, Сметана 15%, Масло сливочное в блюде, Соль, Мука, Масса п.ф, Масло растительное</i>	ККАЛ-225, Б-13, Ж-18, У-7	68
200	Картофель тушеный с овощами и томатом <i>Картофель св, Лук репка, Морковь св, Масло сливочное в блюде, Томат-паста, Лавровый лист, Чеснок св, Вода</i>	ККАЛ-215, Б-4, Ж-7, У-34	33
200	Напиток "Янтарный". <i>Сухофрукты, Лимон, Мед, Яблоки, Вода</i>	ККАЛ-101, Б-1, У-25	9
60	Хлеб белый пшеничный	ККАЛ-136, Б-5, Ж-1, У-30	7
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-2, У-10	3
Итого за Обед 1 и			148
Итого за			192

Директор
МБОУ
"Лицей №3"
АскарOVA М.А.

ИП Яковлева
М.Ф.

Фельдшер
С.Р.

