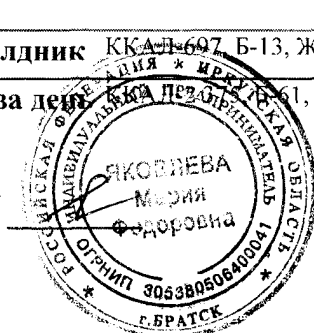



**меню площадки (7-11 лет )**

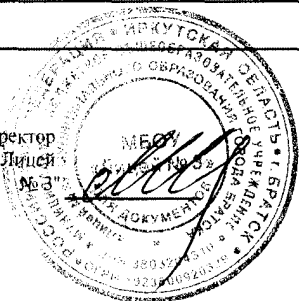
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
200	<b>Каша рисовая молочная с маслом</b> <i>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-248, Б-6, Ж-8, У-29	16-35
50	<b>Яйцо вареное</b>	ККАЛ-71, Б-6, Ж-5	10-00
10	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-66, Ж-7	7-30
200	<b>Кофейный напиток (цикорий)</b> <i>сахар-песок, кофейный напиток, молоко сухое 25%</i>	ККАЛ-129, Б-3, Ж-3, У-25	7-85
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	4-60
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
24	<b>Мармелад</b>	ККАЛ-77, У-21	6-24
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-746, Б-20, Ж-24, У-105	<b>54-64</b>
<b>обед</b>			
60	<b>Огурец свежий порц.</b> <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-8, У-2	11-32
200	<b>Свекольник с картофелем, сметаной</b> <i>свеклы свежие, картофель св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-104, Б-2, Ж-6, У-18	9-83
90	<b>Котлета домашняя паровая</b> <i>фарш мясной, хлеб белый нарезной, масло растительное, лук репка, сухари панироб., яйцо, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-276, Б-11, Ж-21, У-11	28-48
150	<b>Горошница - пюре</b> <i>горох сухой, лук репка, морковь св, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-250, Б-8, Ж-4, У-25	8-65
200	<b>Сок шиповника</b> <i>шиповник, сахар-песок</i>	ККАЛ-102, У-24	6-72
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-141, Б-5, У-30	5-03
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-932, Б-28, Ж-31, У-120	<b>72-33</b>
<b>полдник</b>			
200	<b>Йогурт</b>	ККАЛ-172, Б-6, Ж-5, У-26	24-00
191	<b>Апельсин свежий</b>	ККАЛ-90, Б-2, У-22	29-60
90	<b>Булочка слоеная с фруктовой начинкой</b>	ККАЛ-435, Б-5, Ж-19, У-63	34-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-697, Б-13, Ж-24, У-111	<b>87-60</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2075, Б-61, Ж-79, У-336	<b>214-57</b>

Директор  
МБОУ "Лицей № 3"ИП Яковлева  
М.Ф.Фельдшер  


## меню площадки (12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
200	<b>Каша рисовая молочная с маслом</b> <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-248, Б-6, Ж-8, У-29	16-35
50	<b>Яйцо вареное</b>	ККАЛ-71, Б-6, Ж-5	10-00
10	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-66, Ж-7	7-30
200	<b>Кофейный напиток (цикорий)</b> <small>сахар-песок, кофейный напиток, молоко сухое 25%</small>	ККАЛ-129, Б-3, Ж-3, У-25	7-85
56	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-2, У-28	6-44
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	3-06
8	<b>Печенье промышленное</b>	ККАЛ-33, Б-1, Ж-1, У-9	1-76
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-760, Б-23, Ж-26, У-104	52-76
<u>обед</u>			
100	<b>Огурец свежий порц.</b> <small>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</small>	ККАЛ-14, Б-1, У-3	18-87
250	<b>Свекольник с картофелем, сметаной</b> <small>свекла свежая, картофель св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-130, Б-2, Ж-8, У-22	12-29
100	<b>Котлета домашняя паровая</b> <small>фарш мясной, хлеб белый нарезной, масло растительное, лук репка, сухари паниров., яйцо, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-306, Б-12, Ж-23, У-13	31-64
180	<b>Горошница - пюре</b> <small>горох сухой, лук репка, морковь св, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-300, Б-10, Ж-5, У-30	10-38
200	<b>Сок шиповника</b> <small>шиповник, сахар-песок</small>	ККАЛ-102, У-24	6-72
76	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	6-38
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	3-06
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-1 099, Б-34, Ж-37, У-142	89-34
<u>полдник</u>			
200	<b>Йогурт</b>	ККАЛ-172, Б-6, Ж-5, У-26	24-00
191	<b>Апельсин свежий</b>	ККАЛ-90, Б-2, У-22	29-60
50	<b>Язычок слоеный</b>	ККАЛ-220, Б-10, Ж-12, У-25	19-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-482, Б-18, Ж-17, У-73	72-60
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 722, Б-75, Ж-80, У-319	214-70

Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 3"



ИП Яковлева  
М.Ф.



Фельдшер

*(Handwritten signature)*