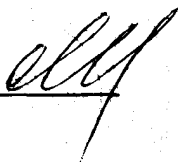


**меню площадки (7-11 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
150	<b>Каша дружба молочная с маслом</b> <i>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-4, У-23	12-10
90	<b>Омлет с сыром</b> <i>яйцо, сыр твердый, масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-342, Б-16, Ж-23, У-19	24-16
200	<b>Чай витаминный</b> <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i>	ККАЛ-92, У-22	4-91
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
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-746, Б-26, Ж-28, У-94	<b>48-07</b>
<b><u>обед</u></b>			
60	<b>Огурец свежий порц.</b> <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-8, У-2	11-32
250	<b>Рассольник домашний со сметаной</b> <i>картофель св, капуста белокочанная свежая, огурцы консервированные, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-169, Б-7, Ж-10, У-8	23-84
100	<b>Котлета из филе птицы рубленая</b> <i>куры грудка, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-256, Б-15, Ж-16, У-15	29-75
150	<b>Гарнир Рис отварной</b> <i>рис о/п, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-181, Б-2, Ж-6, У-31	12-50
200	<b>Сок яблочный</b>	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	17-15
55	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-129, Б-4, У-27	4-61
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-904, Б-30, Ж-33, У-120	<b>101-47</b>
<b><u>полдник</u></b>			
200	<b>Снежок</b>	ККАЛ-158, Б-5, Ж-5, У-22	21-48
148	<b>Апельсин свежий</b>	ККАЛ-70, Б-1, У-17	22-94
75	<b>Кекс творожный "Детский"</b>	ККАЛ-300, Б-10, Ж-11, У-40	36-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-528, Б-16, Ж-16, У-79	<b>80-42</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2174, Б-72, Ж-77, У-293	<b>229-96</b>

Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 3"



ИП Яковлева  
М.Ф.



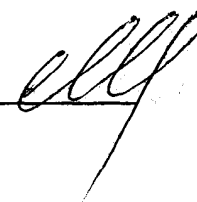
Фельдшер



**меню площадки (12 лет и старше )**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
200	<b>Каша дружба молочная с маслом</b> <i>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-210, Б-6, Ж-6, У-31	16-13
70	<b>Омлет с сыром</b> <i>яйцо, сыр твердый, масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-266, Б-13, Ж-18, У-15	18-79
200	<b>Чай витаминный</b> <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i>	ККАЛ-92, У-22	4-91
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
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-781, Б-26, Ж-26, У-109	<b>49-33</b>
<b><u>обед</u></b>			
100	<b>Огурец свежий порц.</b> <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-14, Б-1, У-3	18-87
250	<b>Рассольник домашний со сметаной</b> <i>картофель св, капуста белокочанная свежая, огурцы консервированные, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-169, Б-7, Ж-10, У-8	23-84
100	<b>Котлета из филе птицы рубленая</b> <i>куры грудка, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-256, Б-15, Ж-16, У-15	29-75
200	<b>Гарнир Рис отварной</b> <i>рис о/п, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-241, Б-2, Ж-8, У-41	16-67
200	<b>Сок яблочный</b>	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	17-15
76	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	6-38
50	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	3-83
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-1 054, Б-34, Ж-37, У-148	<b>116-49</b>
<b><u>полдник</u></b>			
200	<b>Снежок</b>	ККАЛ-158, Б-5, Ж-5, У-22	21-48
148	<b>Апельсин свежий</b>	ККАЛ-70, Б-1, У-17	22-94
36	<b>Вафли детские</b>	ККАЛ-122, Б-6, Ж-7, У-35	16-20
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-350, Б-12, Ж-12, У-74	<b>60-62</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2 185, Б-72, Ж-75, У-331	<b>226-44</b>

Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 3"



ИП Яковлева  
М.Ф.



Фельдшер

