

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 448 | Капуста тушеная | 100 | 2,20 | 4,07 | 25,74 | 152,00 | 0,02 |  | 0,02 | 21,82 | 19,11 | 54,85 | 0,51 |
|  | Сок фруктовый | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **21,31** | **20,92** | **90,82** | **646,75** | **0,27** | **3,80** | **0,06** | **59,00** | **208,69** | **111,15** | **3,37** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ОБЕД с 5 -11 класс 49,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 108 | Суп лапша куриная | 250/15 | 8,00 | 5,84 | 12,66 | 136,00 | 0,06 | 1,20 |  | 16,00 | 78,44 | 12,82 | 0,85 |
| 157 | Ежики из говядины | 40/20 | 7,81 | 10,49 | 8,02 | 159,00 | 0,11 | 1,80 | 0,04 | 13,28 | 84,84 | 15,70 | 0,69 |
| 448 | Капуста тушеная | 150 | 2,20 | 4,07 | 25,74 | 152,00 | 0,02 |  | 0,02 | 21,82 | 19,11 | 54,85 | 0,51 |
| 395 | Сок фруктовый | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **21,31** | **20,92** | **90,82** | **646,75** | **0,27** | **3,80** | **0,06** | **59,00** | **208,69** | **111,15** | **3,37** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***80,00 руб ЗАВТРАК + ОБЕД* Дети с ограниченными возможностями** | | | | | | | | | | | | |
|  | Яйцо вареное | 40 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 | 0,06 | 0,04 |  | 10,89 | 0,2 | 0,1 | 0,82 |
| 447 | Макароны отварные с маслом и сыром | 150/5/5 | 5,47 | 4,98 | 34,87 | 175,50 | 0,12 |  | 0,03 | 40,95 | 24,58 | 60,06 | 0,99 |
| 431 | Чай с сахаром | 200/15 | 1,60 | 1,80 | 12,40 |  | 0,02 | 0,64 |  | 60,30 |  |  | 0,08 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 108 | Суп лапша куриная | 250/15 | 8,00 | 5,84 | 12,66 | 136,00 | 0,06 | 1,20 |  | 16,00 | 78,44 | 12,82 | 0,85 |
| 157 | Ежики из говядины | 40/20 | 7,81 | 10,49 | 8,02 | 159,00 | 0,11 | 1,80 | 0,04 | 13,28 | 84,84 | 15,70 | 0,69 |
| 448 | Капуста тушеная | 100 | 2,20 | 4,07 | 25,74 | 152,00 | 0,02 |  | 0,02 | 21,82 | 19,11 | 54,85 | 0,51 |
|  | Сок фруктовый | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **32,64** | **37,07** | **164,77** | **1033,00** | **0,51** | **48,00** | **0,09** | **172,34** | **233,67** | **171,41** | **5,28** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Буфет 16.10** | **выход** | **цена** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 88 | Масло порционное | 10 | 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 447 | Макароны отварные с маслом и сыром | 150/5/10 | 14,65 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Ежики из говядины | 40/20 | 25,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 431 | Чай с сахаром | 200/15 | 2,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 2,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат из свежей капусты | 60 | 6,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 108 | Суп лапша куриная | 250/15 | 12,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 448 | Капуста тушеная | 150 | 7,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сок фруктовый | 200 | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 20 | 1,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ДЕНЬ ВТОРНИК | | | | | | | | | | | | | |
| НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ 17 октября | | |  |  |  | **2** |  |  |  |  |  |  |  |
| СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
| № тех.карты | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|
| **Б** | **Ж** | **У** | **В** | **С** | **А** | **Са** | **Р** | **Мg** | **Fe** |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 19,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 344 | Каша пшеничная с молоком/масло сливочное | 200/5 | 7,44 | 8,00 | 36,56 | 241,60 | 0,15 | 0,54 |  | 134,25 |  |  |  |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 50,76 | 10,08 | 0,62 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **9,60** | **8,27** | **63,44** | **358,35** | **0,21** | **44,78** | **0,01** | **186,21** | **10,28** | **0,72** | **0,02** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 40,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 344 | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 100/10 | 19,25 | 14,78 | 32,25 | 339,00 | 0,42 | 0,77 | 0,09 | 254,18 | 288,51 | 35,13 | 0,72 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 50,76 | 10,08 | 0,62 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 88 | Масло сливочное | 10 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **23,31** | **15,27** | **70,79** | **513,50** | **0,52** | **88,52** | **0,10** | **307,34** | **298,99** | **35,95** | **0,76** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ЗАВТРАК с 5 - 11 класс 24,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 344 | Каша пшеничная с молоком/масло сливочное | 200/5 | 7,44 | 8,00 | 36,56 | 241,60 | 0,15 | 0,54 |  | 134,25 |  |  |  |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 50,76 | 10,08 | 0,62 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 88 | Масло сливочное | 10 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **11,50** | **8,49** | **75,10** | **416,10** | **0,25** | **88,29** | **0,01** | **187,41** | **10,48** | **0,82** | **0,04** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК с 5 -11 класс 45,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 344 | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 130/10 | 19,25 | 14,78 | 32,25 | 339,00 | 0,42 | 0,77 | 0,09 | 254,18 | 288,51 | 35,13 | 0,72 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 50,76 | 10,08 | 0,62 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 88 | Масло сливочное | 10 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 5,00 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **23,31** | **15,27** | **70,79** | **513,50** | **0,52** | **88,52** | **0,10** | **311,14** | **298,99** | **35,95** | **0,76** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ОБЕД с 1 - 4 класс 44,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 21 | Салат "Здоровье" | 30 | 1,74 | 3,22 | 3,75 | 52 | 0,1 | 4,66 | 0 | 8,3 | 33,59 | 8,29 | 0,39 |
| 150 | Щи из свеж кап с картоф со сметаной на к/б | 250/5 | 6,22 | 5,97 | 57,00 | 103,10 | 0,03 | 20,31 | 0,01 | 28,15 | 33,32 | 14,08 | 0,50 |
| 207 | Курица отварная | 50 | 17,22 | 10,78 | 25,44 | 269,44 | 0,06 | 0,51 |  | 137,80 |  |  | 0,78 |
| 447 | Макароны отварные/масло сливочное | 100/3,5 | 5,47 | 4,98 | 34,87 | 175,50 | 0,12 |  | 0,03 | 40,95 | 24,58 | 60,06 | 0,99 |
| 395 | Компот из сухофруктов | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  | Снежок | 100 | 2,70 | 2,50 | 10,80 | 79,00 | 7,90 | 0,90 | 22,00 | 121,00 | 94,00 | 15,00 | 0,10 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **16,73** | **14,69** | **140,02** | **530,35** | **0,33** | **25,77** | **0,04** | **85,30** | **117,79** | **110,21** | **3,20** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ОБЕД с 5 -11 класс 49,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 21 | Салат "Здоровье" | 30 | 1,74 | 3,22 | 3,75 | 52 | 0,1 | 4,66 | 0 | 8,3 | 33,59 | 8,29 | 0,39 |
| 150 | Щи из свежей капусты с карт и сметан на к/б | 250/5 | 6,22 | 5,97 | 57,00 | 103,10 | 0,03 | 20,31 | 0,01 | 28,15 | 33,32 | 14,08 | 0,50 |
| 207 | Курица отварная | 50 | 17,22 | 10,78 | 25,44 | 269,44 | 0,06 | 0,51 |  | 137,80 |  |  | 0,78 |
| 447 | Макароны отварные/масло сливочное | 150/3,5 | 5,47 | 4,98 | 34,87 | 175,50 | 0,12 |  | 0,03 | 40,95 | 24,58 | 60,06 | 0,99 |
| 395 | Компот из сухофруктов | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  | Снежок | 100 | 2,70 | 2,50 | 10,80 | 79,00 | 7,90 | 0,90 | 22,00 | 121,00 | 94,00 | 15,00 | 0,10 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **32,21** | **22,25** | **161,71** | **747,79** | **0,29** | **21,62** | **0,04** | **214,80** | **84,20** | **101,92** | **3,59** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  | ***80,00 РУБ ЗАВТРАК + ОБЕД* Дети с ограниченными возможностями** | | | | | | | | | | | | |
| 88 | Масло сливочное | 10 | 0,5 | 8,25 | 0,08 | 74,8 | 0,06 | 0,04 |  | 10,89 | 0,2 | 0,1 | 0,82 |
| 344 | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 100/10 | 19,25 | 14,78 | 32,25 | 339,00 | 0,42 | 0,77 | 0,09 | 254,18 | 288,51 | 35,13 | 0,72 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 50,76 | 10,08 | 0,62 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 21 | Салат "Здоровье" | 30 | 1,74 | 3,22 | 3,75 | 52 | 0,1 | 4,66 | 0 | 8,3 | 33,59 | 8,29 | 0,39 |
| 150 | Щи из свежей кап с картоф и сметаной на к/б | 250/5 | 6,22 | 5,97 | 57,00 | 103,10 | 0,03 | 20,31 | 0,01 | 28,15 | 33,32 | 14,08 | 0,50 |
| 207 | Курица отварная | 50 | 17,22 | 10,78 | 25,44 | 269,44 | 0,06 | 0,51 |  | 137,80 |  |  | 0,78 |
| 447 | Макароны отварные/масло сливочное | 100/3,5 | 5,47 | 4,98 | 34,87 | 175,50 | 0,12 |  | 0,03 | 40,95 | 24,58 | 60,06 | 0,99 |
| 395 | Компот из сухофруктов | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  | Снежок | 100 | 2,70 | 2,50 | 10,80 | 79,00 | 7,90 | 0,90 | 22,00 | 121,00 | 94,00 | 15,00 | 0,10 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **54,12** | **45,55** | **220,92** | **1278,34** | **0,83** | **66,67** | **0,14** | **531,83** | **383,19** | **137,87** | **5,15** |
|  | **Завтрак + обед с 1 -4 класс** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Буфет 17.10** | **выход** | **цена** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 88 | Масло порционное | 10 | 8,7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 344 | Каша пшеничная с молоком/масло сливочное | 200/5 | 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 344 | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 130/10 | 46,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 21 | Салат "Здоровье" | 60 | 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 150 | Щи из свежей капусты с карт и сметаной на к/б | 250/5 | 10,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 219 | Курица отварная | 50 | 20,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 447 | Макароны отварные/масло сливочное | 150/3,5 | 7,45 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 395 | Компот из сухофруктов | 200 | 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сок фруктовый | 200 | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Апельсин | 200 | 18 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 2,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 20 | 1,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ДЕНЬ: СРЕДА | | | | | | | | | | | | | |
| НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ 18 октября | | |  |  |  |  | **3** |  |  |  |  |  |  |
| СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: УЧАЩИЕСЯ С 7 до 18 ЛЕТ | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
| № тех.карты | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|
| **Б** | **Ж** | **У** | **В** | **С** | **А** | **Са** | **Р** | **Мg** | **Fe** |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 19,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 323 | Каша молочная пшенная/масло сливочное | 200/5 | 8,18 | 12,80 | 42,46 | 318,00 | 0,22 | 1,20 | 0,06 | 129,12 | 197,54 | 53,22 | 1,42 |
| 431 | Чай с молоком | 200 | 1,60 | 1,80 | 12,40 |  | 0,02 | 0,64 |  | 60,30 |  |  | 0,08 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **11,68** | **14,82** | **66,52** | **375,75** | **0,28** | **45,36** | **0,06** | **190,62** | **197,74** | **53,32** | **1,52** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 40,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 80 | Сыр порционный | 15 | 0,42 | 2,53 | 2,58 | 34,5 | 0,03 | 5,64 | 0 | 11,54 | 12,13 | 6,27 | 0,4 |
| 191 | Тефтели Школьные/соус красный | 30/50 | 4,92 | 8,47 | 8,62 | 131,00 | 0,12 | 7,70 |  | 16,31 | 195,97 | 28,87 | 2,08 |
| 445 | Греча отварная/масло сливочное | 100\3,5 | 2,70 | 2,90 | 13,40 | 87,20 | 0,51 |  |  | 25,50 | 84,90 | 56,20 | 1,90 |
| 434 | Какао на молоке | 200 | 4,9 | 5 | 32,5 | 190 | 0,06 | 1,95 | 0,03 | 180 | 135 | 21 | 0,09 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **14,84** | **19,12** | **68,76** | **500,45** | **0,76** | **58,81** | **0,03** | **234,55** | **428,20** | **112,44** | **4,49** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ЗАВТРАК с 5 - 11 класс 24,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 344 | Каша пшенная с молоком/масло сливочное | 200/5 | 7,44 | 8,00 | 36,56 | 241,60 | 0,15 | 0,54 |  | 134,25 |  |  |  |
| 434 | Какао на молоке | 200 | 4,9 | 5 | 32,5 | 190 | 0,06 | 1,95 | 0,03 | 180 | 135 | 21 | 0,09 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **14,24** | **13,22** | **80,72** | **489,35** | **0,25** | **46,01** | **0,03** | **315,45** | **135,20** | **21,10** | **0,11** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК с 5 -11 класс 45,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 80 | Сыр порционный | 15 | 0,42 | 2,53 | 2,58 | 34,5 | 0,03 | 5,64 | 0 | 11,54 | 12,13 | 6,27 | 0,4 |
| 191 | Тефтели Школьные/соус красный | 30/50 | 4,92 | 8,47 | 8,62 | 131,00 | 0,12 | 7,70 |  | 16,31 | 195,97 | 28,87 | 2,08 |
| 445 | Греча отварная/масло сливочное | 150\5 | 2,70 | 2,90 | 13,40 | 87,20 | 0,51 |  |  | 25,50 | 84,90 | 56,20 | 1,90 |
| 434 | Какао на молоке | 200 | 4,9 | 5 | 32,5 | 190 | 0,06 | 1,95 | 0,03 | 180 | 135 | 21 | 0,09 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **14,84** | **19,12** | **68,76** | **500,45** | **0,76** | **58,81** | **0,03** | **234,55** | **428,20** | **112,44** | **4,49** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ОБЕД с 1 - 4 класс 44,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 45 | Салат из свежей капусты с морковью | 30 | 0,46 | 1,52 | 2,71 | 26 | 0,03 | 11,54 | 0 | 11,54 | 12,13 | 6,27 | 0,4 |
| 125 | Суп картофельный с рыбой | 250/10 | 7,21 | 4,13 | 9,95 | 157,2 | 0,03 | 1,84 | 0,03 | 10,11 | 80,54 | 13,22 | 0,73 |
| 158 | Жаркое по-домашнему с говяд | 175 | 4,92 | 8,47 | 8,62 | 131,00 | 0,12 | 7,70 |  | 16,31 | 195,97 | 28,87 | 2,08 |
| 395 | Кисель плодовый | 200 | 10 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  |
|  |  | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  | 0 | 0 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **25,89** | **14,64** | **46,32** | **457,31** | **76,24** | **21,10** | **0,83** | **45,46** | **315,34** | **76,14** | **3,85** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ОБЕД с 5 -11 класс 49,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 45 | Салат из свежей капусты с морковью | 30 | 0,46 | 1,52 | 2,71 | 26 | 0,03 | 11,54 | 0 | 11,54 | 12,13 | 6,27 | 0,4 |
| 125 | Суп картофельный с рыбой | 250/10 | 7,21 | 4,13 | 9,95 | 157,2 | 0,03 | 1,84 | 0,03 | 10,11 | 80,54 | 13,22 | 0,73 |
| 158 | Жаркое по домашнему с говяд | 200 | 4,92 | 8,47 | 8,62 | 131,00 | 0,12 | 7,70 |  | 16,31 | 195,97 | 28,87 | 2,08 |
| 395 | Кисель плодовый | 200 | 10 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  |
|  |  | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  | 0 | 0 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **25,89** | **14,64** | **46,32** | **457,31** | **76,24** | **21,10** | **0,83** | **45,46** | **315,34** | **76,14** | **3,85** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***80,00 руб. ЗАВТРАК + ОБЕД* Дети с ограниченными возможностями** | | | | | | | | | | | | |
| 80 | Сыр порционный | 15 | 0,42 | 2,53 | 2,58 | 34,5 | 0,03 | 5,64 | 0 | 11,54 | 12,13 | 6,27 | 0,4 |
| 191 | Тефтели Школьные/соус красный | 30/50 | 4,92 | 8,47 | 8,62 | 131,00 | 0,12 | 7,70 |  | 16,31 | 195,97 | 28,87 | 2,08 |
| 445 | Греча отварная/масло сливочное | 100/3,5 | 2,70 | 2,90 | 13,40 | 87,20 | 0,51 |  |  | 25,50 | 84,90 | 56,20 | 1,90 |
| 434 | Какао на молоке | 200 | 4,9 | 5 | 32,5 | 190 | 0,06 | 1,95 | 0,03 | 180 | 135 | 21 | 0,09 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 45 | Салат из свежей капусты с морковью | 30 | 0,46 | 1,52 | 2,71 | 26 | 0,03 | 11,54 | 0 | 11,54 | 12,13 | 6,27 | 0,4 |
| 125 | Суп картофельный с рыбой | 250/10 | 7,21 | 4,13 | 9,95 | 157,2 | 0,03 | 1,84 | 0,03 | 10,11 | 80,54 | 13,22 | 0,73 |
| 158 | Жаркое по домашнему с говяд | 200 | 4,92 | 8,47 | 8,62 | 131,00 | 0,12 | 7,70 |  | 16,31 | 195,97 | 28,87 | 2,08 |
| 395 | Кисель плодовый | 200 | 10 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  |
|  |  | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  | 0 | 0 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **40,73** | **33,76** | **115,08** | **957,76** | **77,00** | **79,91** | **0,86** | **280,01** | **743,54** | **188,58** | **8,34** |
|  | **Завтрак + обед** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  | **Завтрак + обед** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Буфет 18.10** |  | **цена** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 323 | Каша молочная пшенная/масло сливочное | 200/5 | 16,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 431 | Чай с молоком | 200 | 5,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 191 | Тефтели Школьные/соус красный | 30/50 | 22,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 445 | Греча отварная/масло сливочное | 150/5 | 11,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 434 | Какао на молоке | 200 | 10,7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 125 | Суп картофельный с рыбой | 250/10 | 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 158 | Жаркое по-домашнему | 200 | 40,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 395 | Кисель плодово- ягодный | 200 | 8,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | 100 | 0 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Какао на молоке | 200 | 10,70 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 20 | 2,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сок фруктовый | 200 | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат из свежей капусты с морк | 60 | 6,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ | | | | | | | | | | | | | |
| НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ 19 октября | | |  |  |  |  | **4** |  |  |  |  |  |  |
| СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: УЧАЩИЕСЯ С 7 до 18 ЛЕТ | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
| № тех.карты | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|
| **Б** | **Ж** | **У** | **В** | **С** | **А** | **Са** | **Р** | **Мg** | **Fe** |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 19,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 327 | Каша молочная Дружба, масло сл | 200/5 | 2,93 | 6,02 | 18,38 | 132 | 0,08 | 0,61 | 0,03 | 82,62 | 76,13 | 18,16 | 0,39 |
| 431 | Чай с сахаром | 200/15 | 1,60 | 1,80 | 12,40 |  | 0,02 | 0,64 |  | 60,30 |  |  | 0,08 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **6,43** | **8,04** | **42,44** | **189,75** | **0,14** | **44,77** | **0,03** | **144,12** | **76,33** | **18,26** | **0,49** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 40,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
|  | Яйцо вареное | 1шт | 6,00 | 5,75 | 0,35 | 78,50 | 4,86 |  | 0,13 | 27,50 | 0,95 | 6,00 | 1,25 |
| 327 | Каша молочная Дружба, масло сл | 200/5 | 2,93 | 6,02 | 18,38 | 132 | 0,08 | 0,61 | 0,03 | 82,62 | 76,13 | 18,16 | 0,39 |
| 431 | Чай с сахаром | 200/15 | 1,60 | 1,80 | 12,40 |  | 0,02 | 0,64 |  | 60,30 |  |  | 0,08 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | Банан | 200 | 3,00 | 1,00 | 42,00 | 192,00 | 23,20 | 20,00 | 0,20 | 16,00 | 56,00 | 84,00 | 1,20 |
|  | **Итого:** |  | **13,53** | **14,57** | **73,13** | **402,50** | **28,16** | **#ЗНАЧ!** | **0,36** | **186,42** | **133,08** | **108,16** | **2,92** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ЗАВТРАК с 5 - 11 класс 24,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
|  | Яйцо вареное | 1шт | 6,00 | 5,75 | 0,35 | 78,50 | 4,86 |  | 0,13 | 27,50 | 0,95 | 6,00 | 1,25 |
| 327 | Каша молочная Дружба, масло сл | 200,/5 | 2,93 | 6,02 | 18,38 | 132 | 0,08 | 0,61 | 0,03 | 82,62 | 76,13 | 18,16 | 0,39 |
| 431 | Чай с сахаром | 200/15 | 1,60 | 1,80 | 12,40 |  | 0,02 | 0,64 |  | 60,30 |  |  | 0,08 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **12,43** | **13,79** | **42,79** | **268,25** | **5,00** | **44,16** | **0,16** | **171,62** | **77,28** | **24,26** | **1,74** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК с 5 -11 класс 45,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
|  | Яйцо вареное | 1шт | 6,00 | 5,75 | 0,35 | 78,50 | 4,86 | 0,00 | 0,13 | 27,50 | 0,95 | 6,00 | 1,25 |
| 327 | Каша молочная Дружба, масло сл | 220/5 | 2,93 | 6,02 | 18,38 | 132 | 0,08 | 0,61 | 0,03 | 82,62 | 76,13 | 18,16 | 0,39 |
| 431 | Чай с сахаром | 200/15 | 1,60 | 1,80 | 12,40 |  | 0,02 | 0,64 |  | 60,30 |  |  | 0,08 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | Банан | 200 | 3,00 | 1,00 | 42,00 | 192,00 | 23,20 | 20,00 | 0,20 | 16,00 | 56,00 | 84,00 | 1,20 |
|  | **Итого:** |  | **15,43** | **14,79** | **84,79** | **460,25** | **28,20** | **64,77** | **0,36** | **187,62** | **133,28** | **108,26** | **2,94** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ОБЕД с 1 - 4 класс 44,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 35 | Салат "Свежесть" | 30 | 0,38 | 0,03 | 7,91 | 32,5 | 0,04 | 2,03 | 0 | 15,45 | 17,81 | 10,39 | 0,3 |
| 150 | Борщ из свежей капусты с карт и сметаной | 250/5 | 6,22 | 5,97 | 57,00 | 103,10 | 0,03 | 20,31 | 0,01 | 28,15 | 33,32 | 14,08 | 0,50 |
| 226 | Котлета рыбная (минтай) | 50 | 21,36 | 14 | 8,16 | 143,2 | 0,09 | 0,77 |  |  | 48,52 | 149,4 | 27,26 |
| 448 | Рис отварной/масло сливочное | 100/3,5 | 2,20 | 4,07 | 25,74 | 152,00 | 0,02 | 0,00 | 0,02 | 21,82 | 19,11 | 54,85 | 0,51 |
| 1041 | Напиток цитрусовый (лимон, апельсин) | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 0,00 |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 | 0,00 |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **33,46** | **24,59** | **143,21** | **630,55** | **0,26** | **23,91** | **0,03** | **73,32** | **145,06** | **256,46** | **29,89** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ОБЕД с 5 -11 класс 49,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 35 | Салат "Свежесть" | 30 | 0,38 | 0,03 | 7,91 | 32,5 | 0,04 | 2,03 | 0 | 15,45 | 17,81 | 10,39 | 0,3 |
| 150 | Борщ из свежей капусты с карт и сметаной | 250/5 | 6,22 | 5,97 | 57,00 | 103,10 | 0,03 | 20,31 | 0,01 | 28,15 | 33,32 | 14,08 | 0,50 |
| 227 | Котлета рыбная (минтай) | 50 | 21,36 | 14 | 8,16 | 143,2 | 0,09 | 0,77 |  |  | 48,52 | 149,4 | 27,26 |
| 448 | Рис отварной/масло сливочное | 150/5 | 2,20 | 4,07 | 25,74 | 152,00 | 0,02 |  | 0,02 | 21,82 | 19,11 | 54,85 | 0,51 |
| 1041 | Напиток цитрусовый | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **33,46** | **24,59** | **143,21** | **630,55** | **0,26** | **23,91** | **0,03** | **73,32** | **145,06** | **256,46** | **29,89** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***80,00 руб ЗАВТРАК + ОБЕД* Дети с ограниченными возможностями** | | | | | | | | | | | | |
|  | Яйцо вареное | 1шт | 6,00 | 5,75 | 0,35 | 78,50 | 4,86 | 0,00 | 0,13 | 27,50 | 0,95 | 6,00 | 1,25 |
| 327 | Каша молочная Дружба, масло сл | 200/5 | 2,93 | 6,02 | 18,38 | 132 | 0,08 | 0,61 | 0,03 | 82,62 | 76,13 | 18,16 | 0,39 |
| 431 | Чай с сахаром | 200/15 | 1,60 | 1,80 | 12,40 |  | 0,02 | 0,64 |  | 60,30 |  |  | 0,08 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | Банан | 200 | 3,00 | 1,00 | 42,00 | 192,00 | 23,20 | 20,00 | 0,20 | 16,00 | 56,00 | 84,00 | 1,20 |
| 35 | Салат "Свежесть" | 30 | 0,38 | 0,03 | 7,91 | 32,5 | 0,04 | 2,03 | 0 | 15,45 | 17,81 | 10,39 | 0,3 |
| 150 | Борщ из свежей капусты с картоф и смет | 250/5 | 6,22 | 5,97 | 57,00 | 103,10 | 0,03 | 20,31 | 0,01 | 28,15 | 33,32 | 14,08 | 0,50 |
| 226 | Котлета рыбная (минтай) | 50 | 21,36 | 14 | 8,16 | 143,2 | 0,09 | 0,77 |  |  | 48,52 | 149,4 | 27,26 |
| 448 | Рис отварной/масло сливочное | 100/3,5 | 2,20 | 4,07 | 25,74 | 152,00 | 0,02 | 0,00 | 0,02 | 21,82 | 19,11 | 54,85 | 0,51 |
| 1041 | Напиток цитрусовый | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 0,00 |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 | 0,00 |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **48,89** | **39,38** | **228,00** | **1090,80** | **28,46** | **88,68** | **0,39** | **260,94** | **278,34** | **364,72** | **32,83** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Буфет 19.10** | **выход** | **цена** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 327 | Каша молочная Дружба | 200/5 | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 431 | Чай с сахаром | 200/15 | 2,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 150 | Борщ из свежей капусты с картофелем/сметаной | 250/5 | 8,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 226/2 | Котлета рыбная (минтай) | 50 | 16,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 448 | Рис отварной/масло сливочное | 150/5 | 9,35 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1041 | Напиток цитрусовый | 200 | 6,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 20 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Банан | 200 | 20,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат "Свежесть" | 60 | 5,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 2,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ДЕНЬ: ПЯТНИЦА | | | | | | | | | | | | | |
| НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ 20 октября | | |  |  |  |  | 5 |  |  |  |  |  |  |
| СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: УЧАЩИЕСЯ С 7 до 18 ЛЕТ | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
| № тех.карты | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|
| **Б** | **Ж** | **У** | **В** | **С** | **А** | **Са** | **Р** | **Мg** | **Fe** |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 19,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 323 | Каша молочная рисовая/масло сливочное | 200/5 | 8,18 | 12,80 | 42,46 | 318,00 | 0,22 | 1,20 | 0,06 | 134,18 | 140,12 | 31,40 | 1,42 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 8,05 | 9,78 | 5,24 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **10,34** | **13,07** | **69,34** | **434,75** | **0,28** | **45,44** | **0,07** | **143,43** | **150,10** | **36,74** | **1,44** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 40,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 66 | Салат из моркови с яблоками | 30 | 0,25 | 2,66 | 2,31 | 33 | 0,01 | 2,81 | 0 | 9,65 | 9,63 | 7 | 0,38 |
| 163 | Котлета "Здоровье" /соус томатный | 50/50 | 21,12 | 14,01 | 20,31 | 293 | 0,08 | 0,89 | 0,11 | 213,44 | 294,3 | 31,4 | 1,05 |
| 447 | Макароны отварные / масло сливочное | 100/3,5 | 5,47 | 4,98 | 34,87 | 175,50 | 0,12 |  | 0,03 | 40,95 | 24,58 | 60,06 | 0,99 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 8,05 | 9,78 | 5,24 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **29,00** | **21,92** | **84,37** | **618,25** | **0,27** | **47,94** | **0,15** | **273,29** | **338,47** | **103,80** | **2,44** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ЗАВТРАК с 5 - 11 класс 24,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 323 | Каша молочная рисовая/масло сливочное | 220/5 | 8,18 | 12,80 | 42,46 | 318,00 | 0,22 | 1,20 | 0,06 | 134,18 | 140,12 | 31,40 | 1,42 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 50,76 | 10,08 | 0,62 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **10,34** | **13,07** | **69,34** | **434,75** | **0,28** | **45,44** | **0,07** | **186,14** | **150,40** | **32,12** | **1,44** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК с 5 -11 класс 45,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 66 | Салат из моркови с яблоками | 30 | 0,25 | 2,66 | 2,31 | 33 | 0,01 | 2,81 | 0 | 9,65 | 9,63 | 7 | 0,38 |
| 163 | Котлета "Здоровье"/ соус томатный | 50/50 | 21,12 | 14,01 | 20,31 | 293 | 0,08 | 0,89 | 0,11 | 213,44 | 294,3 | 31,4 | 1,05 |
| 447 | Макароны отварные/масло сливочное | 150/5 | 5,47 | 4,98 | 34,87 | 175,50 | 0,12 |  | 0,03 | 40,95 | 24,58 | 60,06 | 0,99 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 50,76 | 10,08 | 0,62 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **29,00** | **21,92** | **84,37** | **618,25** | **0,27** | **47,94** | **0,15** | **316,00** | **338,77** | **99,18** | **2,44** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ОБЕД с 1 - 4 класс 44,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
|  | Горошек консервированный | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 133 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 0,71 | 3,06 | 2,11 | 39,00 | 0,02 | 15,22 |  | 19,00 | 19,52 | 9,50 | 0,40 |
| 199 | Курица в сметан соусе с овощами | 30/50 | 7,85 | 6,51 | 7,89 | 123,00 | 0,13 |  | 0,01 | 11,20 | 74,73 | 15,09 | 0,77 |
| 443 | Картофельное пюре/масло сливочное | 100/3,5 | 3,75 | 7,2 | 21,9 | 156 | 0,15 | 25,95 | 0,03 | 55,08 | 69,49 | 96,7 | 34,47 |
| 394 | Компот из свежих яблок | 200 | 1,3 |  | 23,73 | 96 | 0,02 |  |  | 40,2 | 26,25 | 36,5 | 0,83 |
|  |  | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  | 0 | 0 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ОБЕД с 5 -11 класс 49,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
|  | Горошек консервированный | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 133 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 0,71 | 3,06 | 2,11 | 39,00 | 0,02 | 15,22 |  | 19,00 | 19,52 | 9,50 | 0,40 |
| 199 | Курица в сметан соусе с овощами | 30/50 | 7,85 | 6,51 | 7,89 | 123,00 | 0,13 |  | 0,01 | 11,20 | 74,73 | 15,09 | 0,77 |
| 443 | Картофельное пюре/масло сливочное | 150/3,5 | 3,75 | 7,2 | 21,9 | 156 | 0,15 | 25,95 | 0,03 | 55,08 | 69,49 | 96,7 | 34,47 |
| 394 | Компот из свежих яблок | 200 | 1,3 |  | 23,73 | 96 | 0,02 |  |  | 40,2 | 26,25 | 36,5 | 0,83 |
|  |  | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  | 0 | 0 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 40 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***80,00 руб. ЗАВТРАК + ОБЕД* Дети с ограниченными возможностями** | | | | | | | | | | | | |
| 163 | Котлета "Здоровье"/ соус томатный | 50/50 | 21,12 | 14,01 | 20,31 | 293 | 0,08 | 0,89 | 0,11 | 213,44 | 294,3 | 31,4 | 1,05 |
| 447 | Макароны отварные/масло сливочное | 100/3,5 | 5,47 | 4,98 | 34,87 | 175,50 | 0,12 |  | 0,03 | 40,95 | 24,58 | 60,06 | 0,99 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 8,05 | 9,78 | 5,24 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | Горошек консервированный | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 133 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 0,71 | 3,06 | 2,11 | 39,00 | 0,02 | 15,22 |  | 19,00 | 19,52 | 9,50 | 0,40 |
| 199 | Курица в сметан соусе с овощами | 30/50 | 7,85 | 6,51 | 7,89 | 123,00 | 0,13 |  | 0,01 | 11,20 | 74,73 | 15,09 | 0,77 |
| 443 | Картофельное пюре/масло сливочное | 100/3,5 | 3,75 | 7,2 | 21,9 | 156 | 0,15 | 25,95 | 0,03 | 55,08 | 69,49 | 96,7 | 34,47 |
| 394 | Компот из свежих яблок | 200 | 1,3 |  | 23,73 | 96 | 0,02 |  |  | 40,2 | 26,25 | 36,5 | 0,83 |
|  |  | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  | 0 | 0 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  | **Завтрак + обед** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  | **Завтрак + обед** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Буфет** | **выход** | **цена** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 323 | Каша молочная рисовая/масло сливочное | 200/5 | 16,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 163 | Котлета "Здоровье" /соус красн | 50/50 | 31,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 447 | Макароны отварные/масло сливочное | 150/5 | 7,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Горошек консервированный | 10 | 4,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 133 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 9,60 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 199 | Курица в смет соусе с овощами | 30/50 | 25 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 443 | Картофельное пюре/масло сливочное | 150/5 | 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 394 | Компот из яблок | 200 | 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | 100 | 0 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 2,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 20 | 1,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сок фруктовый | 200 | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат из моркови с яблоками | 60 | 5,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК | | | | | | | | | | | | | |
| НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ 23 октября | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ | |  |  |  |  | **6** |  |  |  |  |  |  |  |
| ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: УЧАЩИЕСЯ С 7 до 18 ЛЕТ | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
| № тех.карты | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|
| **Б** | **Ж** | **У** | **В** | **С** | **А** | **Са** | **Р** | **Мg** | **Fe** |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 19,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 262 | Вермишель запеченная с яйцом и сл. маслом | 135/3,5 | 7,02 | 9,74 | 35,31 | 220,00 | 0,11 | 0,32 | 0,09 | 53,43 | 102,92 | 21,84 | 1,07 |
| 423 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 1,40 | 1,60 | 22,31 | 95,00 | 0,06 | 1,40 | 0,04 | 240,14 | 190,00 | 28,00 | 0,22 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **10,32** | **11,36** | **48,57** | **300,06** | **95,15** | **43,90** | **1,49** | **54,67** | **343,26** | **211,94** | **29,09** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 40,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 188 | Сосиска отварная | 50 | 8 | 11 | 0,06 | 123 | 0,05 | 21,5 |  | 8,15 | 80,15 | 10,65 | 0,45 |
| 262 | Вермишель запеченная с яйцом и сл. маслом | 135/3,5 | 7,02 | 9,74 | 35,31 | 220,00 | 0,11 | 0,32 | 0,09 | 53,43 | 102,92 | 21,84 | 1,07 |
| 423 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 1,40 | 1,60 | 22,31 | 95,00 | 0,06 | 1,40 | 0,04 | 240,14 | 190,00 | 28,00 | 0,22 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 88 | Сыр порционный | 15 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 | 0,06 | 0,04 |  | 10,89 | 0,2 | 0,1 | 0,82 |
|  | **Итого:** |  | **20,68** | **31,71** | **84,36** | **648,75** | **0,32** | **66,78** | **0,13** | **313,81** | **373,47** | **60,69** | **2,58** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ЗАВТРАК с 5 - 11 класс 24,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 35 | Салат "Свежесть" | 30 | 0,76 | 0,05 | 15,81 | 65 | 0,07 | 4,05 |  | 30,9 | 35,41 | 20,79 | 0,59 |
| 262 | Вермишель запеченная с яйцом и сл. маслом | 135/3,5 | 7,02 | 9,74 | 35,31 | 220,00 | 0,11 | 0,32 | 0,09 | 53,43 | 102,92 | 21,84 | 1,07 |
| 423 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 1,40 | 1,60 | 22,31 | 95,00 | 0,06 | 1,40 | 0,04 | 240,14 | 190,00 | 28,00 | 0,22 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **11,08** | **11,61** | **85,09** | **437,75** | **0,28** | **49,29** | **0,13** | **325,67** | **328,53** | **70,73** | **1,90** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК с 5 -11 класс 45,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 188 | Сосиска отварная | 60 | 8 | 11 | 0,06 | 123 | 0,05 | 21,5 |  | 8,15 | 80,15 | 10,65 | 0,45 |
| 262 | Вермишель запеченная с яйцом и сл. маслом | 135/3,5 | 7,02 | 9,74 | 35,31 | 220,00 | 0,11 | 0,32 | 0,09 | 53,43 | 102,92 | 21,84 | 1,07 |
| 423 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 1,40 | 1,60 | 22,31 | 95,00 | 0,06 | 1,40 | 0,04 | 240,14 | 190,00 | 28,00 | 0,22 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 88 | Сыр порционный | 15 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 | 0,06 | 0,04 |  | 10,89 | 0,2 | 0,1 | 0,82 |
|  | **Итого:** |  | **18,32** | **22,56** | **69,34** | **495,75** | **0,26** | **66,74** | **0,13** | **302,92** | **373,27** | **60,59** | **1,76** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ОБЕД с 1 - 4 класс 44,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 150 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметан | 250/5 | 6,22 | 5,97 | 57,00 | 103,10 | 0,03 | 20,31 | 0,01 | 28,15 | 33,32 | 14,08 | 0,50 |
| 226 | Котлета рыбная (минтай) | 50 | 21,36 | 14 | 8,16 | 143,2 | 0,09 | 0,77 |  |  | 48,52 | 149,4 | 27,26 |
| 443 | Картофельное пюре/масло сливочное | 100/3,5 | 3,75 | 7,2 | 21,9 | 156 | 0,15 | 25,95 | 0,03 | 55,08 | 69,49 | 96,7 | 34,47 |
| 385 | Компот из изюма | 200 | 1,3 |  | 23,73 | 96 | 0,02 |  |  | 40,2 | 26,25 | 36,5 | 0,83 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,9 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,2 | 0,2 | 0,4 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,38 | 66 | 0,02 |  |  | 6,3 | 26,1 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **35,93** | **27,69** | **135,83** | **622,05** | **0,35** | **47,03** | **0,04** | **130,93** | **203,88** | **324,42** | **63,70** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ОБЕД с 5 -11 класс 49,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 150 | Щи из свежей капусты с карт и сметаной | 250/5 | 6,22 | 5,97 | 57,00 | 103,10 | 0,03 | 20,31 | 0,01 | 28,15 | 33,32 | 14,08 | 0,50 |
| 226 | Котлета рыбная (минтай) | 50 | 21,36 | 14 | 8,16 | 143,2 | 0,09 | 0,77 |  |  | 48,52 | 149,4 | 27,26 |
| 443 | Картофельное пюре/масло сливочное | 150/5 | 3,75 | 7,2 | 21,9 | 156 | 0,15 | 25,95 | 0,03 | 55,08 | 69,49 | 96,7 | 34,47 |
| 385 | Компот из изюма | 200 | 1,3 |  | 23,73 | 96 | 0,02 |  |  | 40,2 | 26,25 | 36,5 | 0,83 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,9 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,2 | 0,2 | 0,4 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,38 | 66 | 0,02 |  |  | 6,3 | 26,1 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **35,93** | **27,69** | **135,83** | **622,05** | **0,35** | **47,03** | **0,04** | **130,93** | **203,88** | **324,42** | **63,70** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***80,00 руб ЗАВТРАК + ОБЕД* Дети с ограниченными возможностями** | | | | | | | | | | | | |
| 88 | Сыр порционный | 15 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 | 0,06 | 0,04 |  | 10,89 | 0,2 | 0,1 | 0,82 |
| 188 | Сосиска отварная | 50 | 8 | 11 | 0,06 | 123 | 0,05 | 21,5 |  | 8,15 | 80,15 | 10,65 | 0,45 |
| 262 | Вермишель запеченная с яйцом и сл. маслом | 135/3,5 | 7,02 | 9,74 | 35,31 | 220,00 | 0,11 | 0,32 | 0,09 | 53,43 | 102,92 | 21,84 | 1,07 |
| 423 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 1,40 | 1,60 | 22,31 | 95,00 | 0,06 | 1,40 | 0,04 | 240,14 | 190,00 | 28,00 | 0,22 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 150 | Щи из свежей капусты с карт и сметаной | 250/5 | 6,22 | 5,97 | 57,00 | 103,10 | 0,03 | 20,31 | 0,01 | 28,15 | 33,32 | 14,08 | 0,50 |
| 226 | Котлета рыбная (минтай) | 50 | 21,36 | 14 | 8,16 | 143,2 | 0,09 | 0,77 |  |  | 48,52 | 149,4 | 27,26 |
| 443 | Картофельное пюре/масло сливочное | 150/5 | 3,75 | 7,2 | 21,9 | 156 | 0,15 | 25,95 | 0,03 | 55,08 | 69,49 | 96,7 | 34,47 |
| 385 | Компот из изюма | 200 | 1,3 |  | 23,73 | 96 | 0,02 |  |  | 40,2 | 26,25 | 36,5 | 0,83 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,9 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,2 | 0,2 | 0,4 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,38 | 66 | 0,02 |  |  | 6,3 | 26,1 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Буфет** | **выход** | **цена** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 88 | Сыр порционный | 15 | 8,8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 35 | Салат "Свежесть" | 60 | 5,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 443 | Картофельное пюре/масло сливочное | 150/5 | 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 423 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 10,70 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 226/2 | Котлета рыбная (минтай) | 50 | 16,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 150 | Щи из свежей кап с карт и сметаной | 250/5 | 10,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 188 | Сосиска отварная | 50 | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 262 | Вермишель запеченная с яйцом и сл. маслом | 135/3,5 | 10,55 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 385 | Компот из изюма | 200 | 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 20 | 1,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сок фруктовый | 200 | 15,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ДЕНЬ ВТОРНИК | | | | | | | | | | | | | |
| НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ 24 октября | | |  |  |  | 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
| № тех.карты | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|
| **Б** | **Ж** | **У** | **В** | **С** | **А** | **Са** | **Р** | **Мg** | **Fe** |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 19,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 344 | Каша пшенная с молоком/масло сливочное | 200/5 | 7,44 | 8,00 | 36,56 | 241,60 | 0,15 | 0,54 |  | 134,25 |  |  |  |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 50,76 | 10,08 | 0,62 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **9,60** | **8,27** | **63,44** | **358,35** | **0,21** | **44,78** | **0,01** | **186,21** | **10,28** | **0,72** | **0,02** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 40,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 88 | Салат "Пестрый" | 30 | 0,66 | 3,10 | 7,19 | 59,00 | 0,03 | 6,68 |  | 17,44 | 18,99 | 10,26 | 0,92 |
| 219 | Тефтели из курицы с соусом | 30/15 | 17,22 | 10,78 | 25,44 | 269,44 | 0,06 | 0,51 |  | 137,80 |  |  | 0,78 |
| 448 | Рис отварной/масло сливочное | 100/3,5 | 2,20 | 4,07 | 25,74 | 152,00 | 0,02 |  | 0,02 | 21,82 | 19,11 | 54,85 | 0,51 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 50,76 | 10,08 | 0,62 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **21,32** | **15,07** | **62,84** | **479,19** | **0,12** | **44,03** | **0,02** | **160,82** | **19,31** | **54,95** | **1,31** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ЗАВТРАК с 5 - 11 класс 24,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 344 | Каша пшенная с молоком/масло сливочное | 200/5 | 7,44 | 8,00 | 36,56 | 241,60 | 0,15 | 0,54 |  | 134,25 |  |  |  |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 50,76 | 10,08 | 0,62 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 88 | Салат "Пестрый" | 30 | 0,66 | 3,10 | 7,19 | 59,00 | 0,03 | 6,68 |  | 17,44 | 18,99 | 10,26 | 0,92 |
|  | **Итого:** |  | **10,26** | **11,37** | **70,63** | **417,35** | **0,24** | **51,46** | **0,01** | **203,65** | **29,27** | **10,98** | **0,94** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК с 5 -11 класс 45,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 88 | Салат "Пестрый" | 30 | 0,66 | 3,10 | 7,19 | 59,00 | 0,03 | 6,68 |  | 17,44 | 18,99 | 10,26 | 0,92 |
| 219 | Тефтели из курицы с соусом | 30/15 | 17,22 | 10,78 | 25,44 | 269,44 | 0,06 | 0,51 |  | 137,80 |  |  | 0,78 |
| 448 | Рис отварной/масло сливочное | 150/5 | 2,20 | 4,07 | 25,74 | 152,00 | 0,02 |  | 0,02 | 21,82 | 19,11 | 54,85 | 0,51 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 50,76 | 10,08 | 0,62 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **21,58** | **15,12** | **78,06** | **538,19** | **0,14** | **44,75** | **0,03** | **211,58** | **29,39** | **55,57** | **1,31** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ОБЕД с 1 - 4 класс 44,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 45 | Салат из свежей капусты | 30 | 7 | 0,71 | 3,06 | 2,11 | 39,00 | 0,02 | 15,22 |  | 19,00 | 19,52 | 9,50 |
| 123 | Суп картофельный с фрикадельками | 250/10 | 5,94 | 3,81 | 16 | 164,8 | 0,14 | 19,44 | 0,02 | 22,87 | 113,2 | 32,4 | 1,09 |
| 285 | Голубцы Ленивые с курицей и сметаной | 125/20 | 8,07 | 3,51 | 2,40 | 74,00 | 0,28 | 3,12 | 0,02 | 8,50 | 89,00 | 12,56 | 4,45 |
| 395 | Компот из сухофруктов | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  | Кефир | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **17,31** | **7,84** | **62,80** | **438,55** | **0,50** | **23,36** | **0,04** | **39,27** | **228,54** | **72,74** | **6,86** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ОБЕД с 5 -11 класс 49,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 45 | Салат из свежей капусты | 30 | 7 | 0,71 | 3,06 | 2,11 | 39,00 | 0,02 | 15,22 |  | 19,00 | 19,52 | 9,50 |
| 123 | Суп картофельный с фрикадельками | 250/10 | 5,94 | 3,81 | 16 | 164,8 | 0,14 | 19,44 | 0,02 | 22,87 | 113,2 | 32,4 | 1,09 |
| 285 | Голубцы Ленивые с курицей и сметаной | 125/20 | 8,07 | 3,51 | 2,40 | 74,00 | 0,28 | 3,12 | 0,02 | 8,50 | 89,00 | 12,56 | 4,45 |
| 395 | Компот из сухофруктов | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  | Кефир | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **17,31** | **7,84** | **62,80** | **438,55** | **0,50** | **23,36** | **0,04** | **39,27** | **228,54** | **72,74** | **6,86** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  | ***80,00 РУБ ЗАВТРАК + ОБЕД* Дети с ограниченными возможностями** | | | | | | | | | | | | |
| 88 | Салат "Пестрый" | 30 | 0,66 | 3,10 | 7,19 | 59,00 | 0,03 | 6,68 |  | 17,44 | 18,99 | 10,26 | 0,92 |
| 219 | Тефтели из курицы с соусом | 30/15 | 17,22 | 10,78 | 25,44 | 269,44 | 0,06 | 0,51 |  | 137,80 |  |  | 0,78 |
| 448 | Рис отварной/масло сливочное | 100/3,5 | 2,20 | 4,07 | 25,74 | 152,00 | 0,02 |  | 0,02 | 21,82 | 19,11 | 54,85 | 0,51 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 50,76 | 10,08 | 0,62 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 45 | Салат из свежей капусты | 30 | 7 | 0,71 | 3,06 | 2,11 | 39,00 | 0,02 | 15,22 |  | 19,00 | 19,52 | 9,50 |
| 123 | Суп картофельный с фрикадельками | 250/10 | 5,94 | 3,81 | 16 | 164,8 | 0,14 | 19,44 | 0,02 | 22,87 | 113,2 | 32,4 | 1,09 |
| 285 | Голубцы Ленивые с курицей и сметаной | 125/20 | 8,07 | 3,51 | 2,40 | 74,00 | 0,28 | 3,12 | 0,02 | 8,50 | 89,00 | 12,56 | 4,45 |
| 395 | Компот из сухофруктов | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  | Кефир | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  | **Завтрак + обед с 1 -4 класс** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Буфет** | **выход** | **цена** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 90 | Каша пшенная с молоком/масло сливочное | 200/5 | 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 344 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 219 | Тефтели из курицы с соусом | 30/15 | 20 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 447 | Рис отварной/масло сливочное | 150/5 | 9,35 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 123 | Суп картофельный с фрикадельками | 250/10 | 19,8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 285 | Голубцы Ленивые с курицей и сметаной | 125/20 | 24 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 150 | Компот из сухофруктов | 200 | 6,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 191 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 447 | Хлеб ржаной | 20 | 1,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 88 | Салат "Пестрый" | 60 | 6,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 45 | Салат из свежей капусты | 60 | 6,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сок фруктовый | 200 | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ДЕНЬ: СРЕДА | | | | | | | | | | | | | |
| НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ 25 октября | | |  |  |  |  | 3 |  |  |  |  |  |  |
| СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: УЧАЩИЕСЯ С 7 до 18 ЛЕТ | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
| № тех.карты | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|
| **Б** | **Ж** | **У** | **В** | **С** | **А** | **Са** | **Р** | **Мg** | **Fe** |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 19,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 323 | Каша молочная пшеничная/масло сливочное | 200/5 | 8,18 | 12,80 | 42,46 | 318,00 | 0,22 | 1,20 | 0,06 | 129,12 | 197,54 | 53,22 | 1,42 |
| 431 | Чай с сахаром | 200 | 1,60 | 1,80 | 12,40 |  | 0,02 | 0,64 |  | 60,30 |  |  | 0,08 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **11,68** | **14,82** | **66,52** | **375,75** | **0,28** | **45,36** | **0,06** | **190,62** | **197,74** | **53,32** | **1,52** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 40,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 323 | Каша молочная пшеничная/масло сливочное | 200/5 | 8,18 | 12,80 | 42,46 | 318,00 | 0,22 | 1,20 | 0,06 | 129,12 | 197,54 | 53,22 | 1,42 |
| 434 | Какао на молоке | 200 | 4,9 | 5 | 32,5 | 190 | 0,06 | 1,95 | 0,03 | 180 | 135 | 21 | 0,09 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 90 | Сыр порционный | 15 | 0,5 | 8,25 | 0,08 | 74,8 | 0,06 | 0,04 |  | 10,89 | 0,2 | 0,1 | 0,82 |
|  | Яйцо вареное | 1шт | 17,22 | 10,78 | 25,44 | 269,44 | 0,06 | 0,51 |  | 137,80 |  |  | 0,78 |
|  | **Итого:** |  | **14,98** | **18,02** | **86,62** | **565,75** | **0,32** | **46,67** | **0,09** | **310,32** | **332,74** | **74,32** | **1,53** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ЗАВТРАК с 5 - 11 класс 24,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 323 | Каша молочная пшеничная/масло сливочное | 220/5 | 8,18 | 12,80 | 42,46 | 318,00 | 0,22 | 1,20 | 0,06 | 129,12 | 197,54 | 53,22 | 1,42 |
| 431 | Чай с сахаром | 200 | 1,60 | 1,80 | 12,40 |  | 0,02 | 0,64 |  | 60,30 |  |  | 0,08 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | Яйцо вареное | 1шт | 17,22 | 10,78 | 25,44 | 269,44 | 0,06 | 0,51 |  | 137,80 |  |  | 0,78 |
|  | **Итого:** |  | **28,90** | **25,60** | **91,96** | **645,19** | **0,34** | **45,87** | **0,06** | **328,42** | **197,74** | **53,32** | **2,30** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК с 5 -11 класс 45,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 323 | Каша молочная пшеничная/масло сливочное | 220/5 | 8,18 | 12,80 | 42,46 | 318,00 | 0,22 | 1,20 | 0,06 | 129,12 | 197,54 | 53,22 | 1,42 |
| 434 | Какао на молоке | 200 | 4,9 | 5 | 32,5 | 190 | 0,06 | 1,95 | 0,03 | 180 | 135 | 21 | 0,09 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 90 | Сыр порционный | 15 | 0,5 | 8,25 | 0,08 | 74,8 | 0,06 | 0,04 |  | 10,89 | 0,2 | 0,1 | 0,82 |
|  | Яйцо вареное | 1шт | 17,22 | 10,78 | 25,44 | 269,44 | 0,06 | 0,51 |  | 137,80 |  |  | 0,78 |
|  | **Итого:** |  | **15,48** | **26,27** | **86,70** | **640,55** | **0,38** | **46,71** | **0,09** | **321,21** | **332,94** | **74,42** | **2,35** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ОБЕД с 1 - 4 класс 44,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
|  | Свекла вареная с маслом | 30 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 108 | Суп лапша куриная | 250/15 | 8,00 | 5,84 | 12,66 | 136,00 | 0,06 | 1,20 |  | 16,00 | 78,44 | 12,82 | 0,85 |
| 167 | Котлета мясная из говядины | 50 | 7,85 | 6,51 | 7,89 | 123,00 | 0,13 |  | 0,01 | 11,20 | 74,73 | 15,09 | 0,77 |
| 445 | Греча отварная/масло сливочное | 100\3,5 | 2,70 | 2,90 | 13,40 | 87,20 | 0,51 |  |  | 25,50 | 84,90 | 56,20 | 1,90 |
|  | Сок фруктовый | 200 | 1,30 |  | 23,73 | 96,00 | 0,02 | 0,06 |  | 40,20 | 26,25 | 36,50 | 0,83 |
|  |  | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  | 0 | 0 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **23,15** | **15,77** | **82,72** | **565,95** | **0,78** | **1,26** | **0,01** | **100,40** | **290,62** | **148,39** | **4,99** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ОБЕД с 5 -11 класс 49,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
|  | Свекла вареная с маслом | 30 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 108 | Суп лапша куриная | 250/15 | 8,00 | 5,84 | 12,66 | 136,00 | 0,06 | 1,20 |  | 16,00 | 78,44 | 12,82 | 0,85 |
| 167 | Котлета говяжья | 50 | 7,85 | 6,51 | 7,89 | 123,00 | 0,13 |  | 0,01 | 11,20 | 74,73 | 15,09 | 0,77 |
| 445 | Греча отварная/масло сливочное | 100\3,5 | 2,70 | 2,90 | 13,40 | 87,20 | 0,51 |  |  | 25,50 | 84,90 | 56,20 | 1,90 |
|  | Сок фруктовый | 200 | 1,30 |  | 23,73 | 96,00 | 0,02 | 0,06 |  | 40,20 | 26,25 | 36,50 | 0,83 |
|  |  | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  | 0 | 0 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **23,15** | **15,77** | **82,72** | **565,95** | **0,78** | **1,26** | **0,01** | **100,4** | **290,6** | **148,4** | **4,99** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***80,00 руб. ЗАВТРАК + ОБЕД* Дети с ограниченными возможностями** | | | | | | | | | | | | |
| 323 | Каша молочная пшеничная/масло сливочное | 200/5 | 8,18 | 12,80 | 42,46 | 318,00 | 0,22 | 1,20 | 0,06 | 129,12 | 197,54 | 53,22 | 1,42 |
| 434 | Какао на молоке | 200 | 4,9 | 5 | 32,5 | 190 | 0,06 | 1,95 | 0,03 | 180 | 135 | 21 | 0,09 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | Яйцо вареное | 1шт | 17,22 | 10,78 | 25,44 | 269,44 | 0,06 | 0,51 |  | 137,80 |  |  | 0,78 |
|  | Свекла вареная с маслом | 30 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 108 | Суп лапша куриная | 250/15 | 8,00 | 5,84 | 12,66 | 136,00 | 0,06 | 1,20 |  | 16,00 | 78,44 | 12,82 | 0,85 |
| 167 | Котлета говяжья | 50 | 7,85 | 6,51 | 7,89 | 123,00 | 0,13 |  | 0,01 | 11,20 | 74,73 | 15,09 | 0,77 |
| 445 | Греча отварная/масло сливочное | 100\3,5 | 2,70 | 2,90 | 13,40 | 87,20 | 0,51 |  |  | 25,50 | 84,90 | 56,20 | 1,90 |
|  | Сок фруктовый | 200 | 1,30 |  | 23,73 | 96,00 | 0,02 | 0,06 |  | 40,20 | 26,25 | 36,50 | 0,83 |
|  |  | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  | 0 | 0 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **38,13** | **33,79** | **169,34** | **1 131,70** | **1,10** | **47,93** | **0,10** | **410,72** | **623,36** | **222,71** | **6,52** |
|  | **Завтрак + обед** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** |  | **#####** | **#####** |
|  | **Завтрак + обед** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Буфет** | **выход** | **цена** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 323 | Каша молочная пшеничная/масло сливочное | 200/5 | 16,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 431 | Чай с сахаром | 200 | 2,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 434 | Какао на молоке | 200 | 10,70 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 108 | Суп лапша куриная | 250/15 | 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 167 | Котлета мясная говяжья | 50 | 31,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 445 | Греча отварная/масло сливочное | 150\5 | 11,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | 100 | 0 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 2,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 20 | 1,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 90 | Сыр порционный | 15 | 8,8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сок фруктовый | 200 | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат из вареной свеклы с маслом | 60 | 6,5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ | | | | | | | | | | | | | |
| НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ 26 октября | | |  |  |  |  | 4 |  |  |  |  |  |  |
| СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: УЧАЩИЕСЯ С 7 до 18 ЛЕТ | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
| № тех.карты | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|
| **Б** | **Ж** | **У** | **В** | **С** | **А** | **Са** | **Р** | **Мg** | **Fe** |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 19,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 327 | Каша молочная Дружба, масло сл | 200/5 | 2,93 | 6,02 | 18,38 | 132 | 0,08 | 0,61 | 0,03 | 82,62 | 76,13 | 18,16 | 0,39 |
| 431 | Чай с молоком | 200 | 1,60 | 1,80 | 12,40 |  | 0,02 | 0,64 |  | 60,30 |  |  | 0,08 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **6,43** | **8,04** | **42,44** | **189,75** | **0,14** | **44,77** | **0,03** | **144,12** | **76,33** | **18,26** | **0,49** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 40,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 230 | Рыба припущенная | 50 | 12,05 | 12,58 | 6,72 | 109,11 | 0,06 | 0,90 | 0,05 | 44,80 | 130,48 | 20,20 | 1,49 |
| 443 | Картофельное пюре/масло сливочное | 100/3,5 | 3,75 | 7,2 | 21,9 | 156 | 0,15 | 25,95 | 0,03 | 55,08 | 69,49 | 96,7 | 34,47 |
| 421 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 6,21 | 7,2 | 20,41 | 176 | 0,02 | 1,48 | 0,04 | 170,04 | 187,8 | 39,7 | 2,04 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 88 | Масло порционное | 10 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 | 0,06 | 0,04 |  | 10,89 | 0,2 | 0,1 | 0,82 |
|  | **Итого:** |  | **22,52** | **29,15** | **53,81** | **495,86** | **0,18** | **45,94** | **0,09** | **226,93** | **318,68** | **60,10** | **4,37** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ЗАВТРАК с 5 - 11 класс 24,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 327 | Каша молочная Дружба, масло сл | 200/5 | 2,93 | 6,02 | 18,38 | 132 | 0,08 | 0,61 | 0,03 | 82,62 | 76,13 | 18,16 | 0,39 |
| 431 | Чай с молоком | 200 | 1,60 | 1,80 | 12,40 |  | 0,02 | 0,64 |  | 60,30 |  |  | 0,08 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | Яйцо вареное | 1шт | 6,00 | 5,75 | 0,35 | 78,50 | 4,86 |  | 0,13 | 27,50 | 0,95 | 6,00 | 1,25 |
|  | **Итого:** |  | **12,43** | **13,79** | **42,79** | **268,25** | **5,00** | **44,16** | **0,16** | **171,62** | **77,28** | **24,26** | **1,74** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК с 5 -11 класс 45,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 443 | Картофельное пюре/масло сливочное | 100/3,5 | 3,75 | 7,2 | 21,9 | 156 | 0,15 | 25,95 | 0,03 | 55,08 | 69,49 | 96,7 | 34,47 |
| 230 | Рыба припущенная | 50 | 12,05 | 12,58 | 6,72 | 109,11 | 0,06 | 0,90 | 0,05 | 44,80 | 130,48 | 20,20 | 1,49 |
| 421 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 6,21 | 7,2 | 20,41 | 176 | 0,02 | 1,48 | 0,04 | 170,04 | 187,8 | 39,7 | 2,04 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 88 | Масло порционное | 15 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 | 0,06 | 0,04 |  | 10,89 | 0,2 | 0,1 | 0,82 |
|  | **Итого:** |  | **14,22** | **23,77** | **68,99** | **542,75** | **0,27** | **70,99** | **0,07** | **237,21** | **257,69** | **136,60** | **37,35** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ОБЕД с 1 - 4 класс 44,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 20 | Салат "Восторг" | 30 | 0,47 | 1,55 | 3,6 | 30 | 0,02 | 8,16 |  | 11,92 | 10,59 | 5,43 | 0,33 |
| 118 | Суп картофельный гороховый | 250 | 5,37 | 5,05 | 11,43 | 145,20 | 0,10 | 13,81 | 0,02 | 20,77 | 89,24 | 24,77 | 2,82 |
| 157 | Ежики из говядины | 40/20 | 7,81 | 10,49 | 8,02 | 159,00 | 0,11 | 1,80 | 0,04 | 13,28 | 84,84 | 15,70 | 0,69 |
| 439 | Капуста тушеная | 100 | 0,72 | 1,01 | 3,02 | 27,00 | 0,01 | 17,03 | 0,01 | 20,08 | 14,07 | 7,70 | 0,28 |
| 394 | Компот из свежих яблок | 200 | 1,3 |  | 23,73 | 96 | 0,02 |  |  | 40,2 | 26,25 | 36,5 | 0,83 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | Итого: |  | **18,50** | **17,07** | **71,24** | **550,95** | **0,30** | **32,64** | **0,07** | **101,83** | **240,70** | **112,45** | **5,26** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ОБЕД с 5 -11 класс 49,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 20 | Салат "Восторг" | 30 | 0,47 | 1,55 | 3,6 | 30 | 0,02 | 8,16 |  | 11,92 | 10,59 | 5,43 | 0,33 |
| 118 | Суп картофельный гороховый | 250 | 5,37 | 5,05 | 11,43 | 145,20 | 0,10 | 13,81 | 0,02 | 20,77 | 89,24 | 24,77 | 2,82 |
| 157 | Ежики из говядины | 40/20 | 7,81 | 10,49 | 8,02 | 159,00 | 0,11 | 1,80 | 0,04 | 13,28 | 84,84 | 15,70 | 0,69 |
| 439 | Капуста тушеная | 150 | 0,72 | 1,01 | 3,02 | 27,00 | 0,01 | 17,03 | 0,01 | 20,08 | 14,07 | 7,70 | 0,28 |
| 394 | Компот из свежих яблок | 200 | 1,3 |  | 23,73 | 96 | 0,02 |  |  | 40,2 | 26,25 | 36,5 | 0,83 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **18,50** | **17,07** | **71,24** | **550,95** | **0,30** | **32,64** | **0,07** | **101,83** | **240,70** | **112,45** | **5,26** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***80,00 руб ЗАВТРАК + ОБЕД* Дети с ограниченными возможностями** | | | | | | | | | | | | |
| 443 | Картофельное пюре/масло сливочное | 100/3,5 | 3,75 | 7,2 | 21,9 | 156 | 0,15 | 25,95 | 0,03 | 55,08 | 69,49 | 96,7 | 34,47 |
| 230 | Рыба припущенная | 50 | 12,05 | 12,58 | 6,72 | 109,11 | 0,06 | 0,90 | 0,05 | 44,80 | 130,48 | 20,20 | 1,49 |
| 421 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 6,21 | 7,2 | 20,41 | 176 | 0,02 | 1,48 | 0,04 | 170,04 | 187,8 | 39,7 | 2,04 |
| 88 | Масло порционное | 15 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 | 0,06 | 0,04 |  | 10,89 | 0,2 | 0,1 | 0,82 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
| 20 | Салат "Восторг" | 30 | 0,47 | 1,55 | 3,6 | 30 | 0,02 | 8,16 |  | 11,92 | 10,59 | 5,43 | 0,33 |
| 118 | Суп картофельный гороховый | 250 | 5,37 | 5,05 | 11,43 | 145,20 | 0,10 | 13,81 | 0,02 | 20,77 | 89,24 | 24,77 | 2,82 |
| 157 | Ежики из говядины | 40 | 7,81 | 10,49 | 8,02 | 159,00 | 0,11 | 1,80 | 0,04 | 13,28 | 84,84 | 15,70 | 0,69 |
| 439 | Капуста тушеная | 100 | 0,72 | 1,01 | 3,02 | 27,00 | 0,01 | 17,03 | 0,01 | 20,08 | 14,07 | 7,70 | 0,28 |
| 394 | Компот из свежих яблок | 200 | 1,3 |  | 23,73 | 96 | 0,02 |  |  | 40,2 | 26,25 | 36,5 | 0,83 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **30,36** | **31,69** | **125,21** | **940,70** | **0,51** | **103,59** | **0,14** | **328,15** | **498,19** | **248,95** | **41,79** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Буфет** | **выход** | **цена** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 327 | Каша молочная Дружба | 200/5 | 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 431 | Чай с молоком | 200 | 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Рыба припущенная | 50 | 20 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Картофельное пюре | 150/5 | 11,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Кофейный напиток на молоке | 200 | 10,7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 88 | Масло порционное | 10 | 7,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 118 | Суп картофельный гороховый | 250 | 8,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 157 | Ежики из говядины | 40/20 | 25,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 439 | Капуста тушеная | 150 | 7,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 394 | Компот из свежих яблок | 200 | 6,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 20 | 1,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20 | Салат "Восторг" | 60 | 5,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сок фруктовый | 200 | 15,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ДЕНЬ: ПЯТНИЦА | | | | | | | | | | | | | |
| НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ 27 октября | | |  |  |  |  | 3 |  |  |  |  |  |  |
| СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: УЧАЩИЕСЯ С 7 до 18 ЛЕТ | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
| № тех.карты | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|
| **Б** | **Ж** | **У** | **В** | **С** | **А** | **Са** | **Р** | **Мg** | **Fe** |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 19,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 323 | Каша молочная рисовая/масло сливочное | 200/5 | 8,18 | 12,80 | 42,46 | 318,00 | 0,22 | 1,20 | 0,06 | 134,18 | 140,12 | 31,40 | 1,42 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 8,05 | 9,78 | 5,24 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **10,34** | **13,07** | **69,34** | **434,75** | **0,28** | **45,44** | **0,07** | **143,43** | **150,10** | **36,74** | **1,44** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК С 1 - 4 КЛАСС 40,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 448 | Рис отварной/масло сливочное | 150/5 | 2,20 | 4,07 | 25,74 | 152,00 | 0,02 |  | 0,02 | 21,82 | 19,11 | 54,85 | 0,51 |
| 205 | Котлета куриная /соус красн | 50/50 | 21,12 | 14,01 | 20,31 | 293 | 0,08 | 0,89 | 0,11 | 213,44 | 294,3 | 31,4 | 1,05 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 8,05 | 9,78 | 5,24 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | Апельсин | 200 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 | 0,43 | 60,00 | 8,00 | 34,00 | 23,00 | 13,00 | 0,30 |
|  | **Итого:** |  | **24,18** | **14,48** | **55,29** | **452,75** | **0,57** | **105,13** | **8,12** | **256,69** | **327,26** | **49,74** | **1,37** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ЗАВТРАК с 5 - 11 класс 24,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 323 | Каша молочная рисовая/масло сливочное | 250/5 | 8,18 | 12,80 | 42,46 | 318,00 | 0,22 | 1,20 | 0,06 | 134,18 | 140,12 | 31,40 | 1,42 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 50,76 | 10,08 | 0,62 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | **Итого:** |  | **10,34** | **13,07** | **69,34** | **434,75** | **0,28** | **45,44** | **0,07** | **186,14** | **150,40** | **32,12** | **1,44** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЗАВТРАК с 5 -11 класс 45,00 руб*** | | | | | | | | | | | | |
| 448 | Рис отварной/масло сливочное | 150/5 | 2,20 | 4,07 | 25,74 | 152,00 | 0,02 |  | 0,02 | 21,82 | 19,11 | 54,85 | 0,51 |
| 205 | Котлета куриная /соус красн | 50/50 | 21,12 | 14,01 | 20,31 | 293 | 0,08 | 0,89 | 0,11 | 213,44 | 294,3 | 31,4 | 1,05 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 8,05 | 9,78 | 5,24 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | Апельсин | 200 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 | 0,43 | 60,00 | 8,00 | 34,00 | 23,00 | 13,00 | 0,30 |
|  | **Итого:** |  | **5,26** | **4,54** | **60,72** | **311,75** | **0,51** | **104,24** | **8,03** | **65,07** | **52,09** | **73,19** | **0,83** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА ОБЕД с 1 - 4 класс 44,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 66 | Салат "Морковь с яблоками" | 30 | 0,25 | 2,56 | 2,3 | 33 | 0,02 | 2,81 |  | 9,65 | 9,13 | 6,83 | 0,38 |
| 150 | Борщ из свежей капусты с карт и смет на к/б | 250/5 | 6,22 | 5,97 | 57,00 | 103,10 | 0,03 | 20,31 | 0,01 | 28,15 | 33,32 | 14,08 | 0,50 |
| 230 | Рыба припущенная с молоком | 50/30 | 12,05 | 12,58 | 6,72 | 109,11 | 0,06 | 0,90 | 0,05 | 44,80 | 130,48 | 20,20 | 1,49 |
| 447 | Картофель отварной с маслом | 100/3,5 | 5,47 | 4,98 | 34,87 | 175,50 | 0,12 |  | 0,03 | 40,95 | 24,58 | 60,06 | 0,08 |
| 1041 | Напиток из апельсинов | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  |  | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  | 0 | 0 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **27,04** | **24,05** | **142,99** | **587,46** | **0,29** | **22,01** | **0,09** | **121,80** | **214,68** | **122,12** | **3,39** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СРЕДНЯЯ ШКОЛА ОБЕД с 5 -11 класс 49,00 руб*.** | | | | | | | | | | | | |
| 66 | Салат "Морковь с яблоками" | 30 | 0,25 | 2,56 | 2,3 | 33 | 0,02 | 2,81 |  | 9,65 | 9,13 | 6,83 | 0,38 |
| 150 | Борщ из свежей капусты с карт и сметан на к/б | 250/5 | 6,22 | 5,97 | 57,00 | 103,10 | 0,03 | 20,31 | 0,01 | 28,15 | 33,32 | 14,08 | 0,50 |
| 230 | Рыба припущенная с молоком | 50/30 | 12,05 | 12,58 | 6,72 | 109,11 | 0,06 | 0,90 | 0,05 | 44,80 | 130,48 | 20,20 | 1,49 |
| 447 | Картофель отварной с маслом | 150/5 | 5,47 | 4,98 | 34,87 | 175,50 | 0,12 |  | 0,03 | 40,95 | 24,58 | 60,06 | 0,08 |
| 1041 | Напиток из апельсинов | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  |  | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  | 0 | 0 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **27,04** | **24,05** | **142,99** | **587,46** | **0,29** | **22,01** | **0,09** | **121,80** | **214,68** | **122,12** | **3,39** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***80,00 руб. ЗАВТРАК + ОБЕД* Дети с ограниченными возможностями** | | | | | | | | | | | | |
| 448 | Рис отварной/масло сливочное | 150/5 | 2,20 | 4,07 | 25,74 | 152,00 | 0,02 |  | 0,02 | 21,82 | 19,11 | 54,85 | 0,51 |
| 205 | Котлета куриная /соус красн | 50/50 | 21,12 | 14,01 | 20,31 | 293 | 0,08 | 0,89 | 0,11 | 213,44 | 294,3 | 31,4 | 1,05 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | 0,02 | 0,72 | 0,01 | 8,05 | 9,78 | 5,24 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 | 43,52 |  | 1,20 | 0,20 | 0,10 | 0,02 |
|  | Апельсин | 200 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 | 0,43 | 60,00 | 8,00 | 34,00 | 23,00 | 13,00 | 0,30 |
| 66 | Салат "Морковь с яблоками" | 30 | 0,25 | 2,56 | 2,3 | 33 | 0,02 | 2,81 |  | 9,65 | 9,13 | 6,83 | 0,38 |
| 150 | Борщ из свежей капусты с карт и сметан на к/б | 250/5 | 6,22 | 5,97 | 57,00 | 103,10 | 0,03 | 20,31 | 0,01 | 28,15 | 33,32 | 14,08 | 0,50 |
| 230 | Рыба припущенная с молоком | 50/30 | 12,05 | 12,58 | 6,72 | 109,11 | 0,06 | 0,90 | 0,05 | 44,80 | 130,48 | 20,20 | 1,49 |
| 447 | Картофель отварной с маслом | 100/3,5 | 5,47 | 4,98 | 34,87 | 175,50 | 0,12 |  | 0,03 | 40,95 | 24,58 | 60,06 | 0,08 |
| 1041 | Напиток из апельсинов | 200 |  |  | 19,36 | 76 | 0,02 | 0,8 |  | 0,4 |  |  | 0,68 |
|  |  | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  | 0 | 0 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 0,22 | 11,66 | 57,75 | 0,04 |  |  | 1,20 | 0,20 | 0,40 | 0,02 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 1,40 | 0,30 | 13,38 | 66,00 | 0,02 |  |  | 6,30 | 26,10 | 27,38 | 0,62 |
|  | **Итого:** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  | **Завтрак + обед** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  | **Завтрак + обед** |  | **#########** | **######** | **########** | **#######** | **#######** | **########** | **#####** | **######** | **#####** | **#####** | **#####** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Буфет** | **выход** | **цена** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 323 | Каша молочная рисовая/масло сливочное | 200/5 | 16,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 208 | Рис отварной/масло сливочное | 150/5 | 9,35 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 208 | Котлета куриная /соус красн | 50/50 | 20,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 45 | Борщ из свежей капусты с карт и смет на к/б | 250/5 | 10,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 188 | Рыба припущенная с молоком | 50/30 | 23 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 443 | Картофель отварной с маслом | 150/5 | 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1041 | Напиток из апельсинов | 200 | 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | 100 | 0 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 2,00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 20 | 1,50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Яйцо вареное | 1 шт | 7,85 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сок фруктовый | 200 | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |