

Завтраки для детей до 12 лет

(бесплатное горячее питание для младших школьников на основании ч.2.1 ст.37

Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации")

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак 1

218 **Суп молочный вермишелевый** кКал-175, Бел-4, Жир-8, Угл-28

молоко, макаронные изделия (вермишель, спагетти), масло сливочное, сахар, соль

62 **Бутерброд с сыром** кКал-137, Бел-6, Жир-5, Угл-21

хлеб пшеничный, сыр

24 **Хлеб ржаной** кКал-41, Бел-2, Угл-8

30 **Хлеб пшеничный** кКал-60, Бел-2, Угл-14

202 **Груша свежая** кКал-95, Бел-1, Жир-1, Угл-21

Итого за Завтрак 1 кКал-508, Бел-15, Жир-14, Угл-92

Итого за день кКал-508, Бел-15, Жир-14, Угл-92



Директор

Заричная Галина

Авсенова

Handwritten signature

Меню (Дети 7-11 лет)

(бесплатное питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья на основании ч.2.1 ст.37 Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации")

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак 1

209 **Какао с молоком /**

молоко, сахар, какао

кКал-109, Бел-5, Жир-5, Угл-12

Итого за Завтрак 1

кКал-109, Бел-5, Жир-5, Угл-12

Обед

80 **Икра кабачковая/**

кКал-126, Бел-2, Жир-10, Угл-8

202 **Щи из свежей капусты с
картофелем с мясом**

капуста белокочанная, мясо говядины, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, паста томатная, соль

кКал-131, Бел-4, Жир-6, Угл-16

204 **Плов с курицей**

тушка цыпленка, рис, лук репчатый, морковь, масло растительное, паста томатная

кКал-286, Бел-5, Жир-9, Угл-22

200 **Сок мультифруктовый/**

кКал-23, Угл-6

160 **Яблоко свежее/**

кКал-44, Угл-10

48 **Хлеб ржаной/50**

кКал-88, Бел-3, Жир-1, Угл-18

50 **Хлеб пшеничный/50**

кКал-100, Бел-3, Угл-23

Итого за Обед

кКал-798, Бел-16, Жир-22, Угл-89

Итого за день

кКал-907, Бел-21, Жир-27, Угл-101

Директор: *Зарица Галина*

Аксенова



МЕНЮ Дети 12 лет и старше (За плату)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак 1

261	Суп молочный вермишелевый/	кКал-187, Бел-5, Жир-8, Угл-30
	<i>молоко, макаронные изделия (вермишель, спагетти), масло сливочное, сахар, соль</i>	
209	Какао с молоком /	кКал-109, Бел-5, Жир-5, Угл-12
	<i>молоко, сахар, какао</i>	
80	Бутерброд с сыром/	кКал-156, Бел-7, Жир-6, Угл-24
	<i>хлеб пшеничный, сыр</i>	

Итого за Завтрак 1 кКал-452, Бел-17, Жир-19, Угл-66

Обед

108	Икра кабачковая/	кКал-156, Бел-2, Жир-12, Угл-10
251	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом <i>капуста белокочанная, мясо говядины 1 сорта /, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, паста томатная, соль</i>	кКал-151, Бел-6, Жир-7, Угл-20
250	Плов с курицей <i>тушка цыпленка, рис, лук репчатый, морковь, масло растительное, паста томатная</i>	кКал-306, Бел-5, Жир-9, Угл-42
194	Сок мультифруктовый/	кКал-23, Угл-6
100	Яблоко свежее/	кКал-44, Угл-10
52	Хлеб ржаной/50	кКал-88, Бел-3, Жир-1, Угл-18
50	Хлеб пшеничный/50	кКал-100, Бел-3, Угл-23

Итого за Обед кКал-868, Бел-19, Жир-29, Угл-129

Итого за день кКал-1 320, Бел-36, Жир-48, Угл-195

