

# Меню

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак 1-4 кл</u></b>				
50/20	<b>Тефтели мясные с соусом</b> <i>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., томат, крупа рисовая</i>	ЭЦ-142, Бел-4, Жир-10, Угл-7		279
120	<b>Каша рассыпчатая ячневая с маслом.</b> <i>масло сливочное, крупа ячневая.</i>	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5		171
200	<b>Чай с сахаром.</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-60, Угл-15		376
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
10	<b>Масло сливочное (</b>	ЭЦ-66, Жир-7		14
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-631, Бел-8, Жир-46, Угл-43	<b>56-64</b>	
<b><u>Обед 5-11кл</u></b>				
200	<b>Суп картофельный с горохом .</b> <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</i>	ЭЦ-439, Бел-6, Жир-39, Угл-12		102
70	<b>Котлеты рубленые из филе птицы.</b> <i>филе цб, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное, масло растительное.</i>	ЭЦ-237, Бел-11, Жир-17, Угл-11		294
20	<b>Соус сметанный №330</b> <i>сметана, мука пшеничная высшего сорта</i>	ЭЦ-15, Жир-1, Угл-1		330
120	<b>Макаронные изделия отварные с маслом.</b> <i>макаронны, масло сливочное</i>	ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24		203
35	<b>Капуста тушеная .</b> <i>капуста белокочанная, томат, лук репчатый, масло сливочное, кислота лимонная., сахар, морковь, мука пшеничная высшего сорта</i>	ЭЦ-26, Бел-1, Жир-1, Угл-3		321
200	<b>Компот из смеси</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-1 253, Бел-30, Жир-64, Угл-130	<b>80-00</b>	
<b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 20 р</u></b>				
180	<b>Суп картофельный с горохом .</b> <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</i>	ЭЦ-395, Бел-5, Жир-35, Угл-11		102
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Компот из смеси</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-636, Бел-8, Жир-35, Угл-63	<b>20-00</b>	
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-2 520, Бел-45, Жир-145, Угл-236	<b>156-64</b>	



# Меню

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак 1-4кл</u></b>				
140	<b>Омлет натуральный.</b> <i>яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-146, Бел-13, Жир-24, Угл-3		210
25	<b>Горошек овощной (консервированный).</b>	ЭЦ-10, Бел-1, Угл-2		131
200	<b>Кофейный напиток.</b> <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
10	<b>Масло сливочное (</b>	ЭЦ-66, Жир-7		14
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-393, Бел-17, Жир-32, Угл-39	<b>56-64</b>	
<b><u>Обед 5-11кл</u></b>				
200	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат</i>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
80	<b>Рыба, запеченная в сметанном соусе.</b> <i>минтай, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., масло сливочное, сыр</i>	ЭЦ-231, Бел-11, Жир-11, Угл-23		232
120	<b>Картофельное пюре с</b> <i>картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17		128
35	<b>Икра кабачковая..</b>	ЭЦ-42, Бел-1, Жир-3, Угл-3		57
200/15/ 7	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b> <i>сахар, лимоны, чай черный</i>	ЭЦ-62, Угл-15		377
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-756, Бел-22, Жир-28, Угл-100	<b>80-00</b>	
<b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 20 р</u></b>				
180	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат</i>	ЭЦ-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200/15/ 7	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b> <i>сахар, лимоны, чай черный</i>	ЭЦ-62, Угл-15		377
<b>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 20 р</b>		ЭЦ-187, Бел-3, Жир-4, Угл-31	<b>20-00</b>	
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 337, Бел-41, Жир-65, Угл-170	<b>156-64</b>	



# Меню

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак 1-кл</u></b>				
150/20	<b>Запеканка из творога со сметаной.</b> <small>творог, сметана, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные</small>	ЭЦ-387, Бел-23, Жир-22, Угл-23		223
200	<b>Чай с сахаром.</b> <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-60, Угл-15		376
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
10	<b>Масло сливочное (</b>	ЭЦ-66, Жир-7		14
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>56-64</b>	
<b><u>Обед 5-11 кл</u></b>				
200	<b>Суп картофельный с вермишелью</b>	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14		103
70	<b>Тефтели мясные с соусом</b> <small>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., томат, крупа рисовая</small>	ЭЦ-142, Бел-4, Жир-10, Угл-7		279
120	<b>Каша рассыпчатая пшеничная с маслом</b> <small>крупа пшеничная, масло сливочное</small>	ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28		171
35	<b>Овощи соленые (огурец).</b>	ЭЦ-88, Угл-23		70
200	<b>Кисель из яблок сушеных</b> <small>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-128, Угл-31		354
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>			<b>80-00</b>	
<b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 20 р</u></b>				
180	<b>Суп картофельный с вермишелью</b>	ЭЦ-85, Бел-2, Жир-2, Угл-13		103
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Кисель из яблок сушеных</b> <small>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-128, Угл-31		354
<b>Итого за день</b>			<b>20-00</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>156-64</b>	



# Меню

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак 1-4кл</u></b>				
200	<b>Каша жидкая молочная из манной крупы .</b> <i>молоко с мдэж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-234, Бел-6, Жир-10, Угл-30		181
200	<b>Какао с молоком..</b> <i>молоко с мдэж 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
10	<b>Масло сливочное (</b>	ЭЦ-66, Жир-7		14
15	<b>Сыр твердый (порциями)</b>	ЭЦ-108, Бел-7, Жир-9		15
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>56-64</b>	
<b><u>Обед 5-11кл</u></b>				
200	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар</i>	ЭЦ-82, Бел-1, Жир-4, Угл-10		82
170	<b>Плов из курицы</b> <i>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное., лук репчатый, томат</i>	ЭЦ-378, Бел-17, Жир-21, Угл-30		291
35	<b>Салат из моркови с сахаром</b> <i>морковь, сахар</i>	ЭЦ-29, Угл-4		62
200	<b>Сок фруктовый или ягодный</b>	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>			<b>80-00</b>	
<b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 20 р</u></b>				
180	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар</i>	ЭЦ-74, Бел-1, Жир-4, Угл-9		82
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Сок фруктовый или ягодный</b>	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
<b>Итого за день</b>			<b>20-00</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>156-64</b>	



# Меню

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

## Завтрак 1-4кл

70	<b>Рыба, тушеная в томате с овощами</b> <i>минтай, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная., сахар</i>	ЭЦ-74, Бел-7, Жир-3, Угл-3		229
120	<b>Картофель отварной с маслом сливочным</b> <i>картофель, масло сливочное</i>	ЭЦ-132, Бел-2, Жир-5, Угл-19		125
200	<b>Чай с сахаром.</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-60, Угл-15		376
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
10	<b>Масло сливочное (</b>	ЭЦ-66, Жир-7		14
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-423, Бел-12, Жир-16, Угл-52	<b>56-64</b>	

## Обед 5-11кл

200	<b>Суп картофельный с крупой(ячневый)</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное.</i>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10		101
70	<b>Котлеты ,биточки мясные.</b> <i>свинина, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное.</i>	ЭЦ-259, Бел-9, Жир-20, Угл-11		268
120	<b>Каша рассыпчатая гречневая с маслом</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
35	<b>Икра свекольная</b> <i>свекла, томат, лук репчатый, масло растительное., сахар</i>	ЭЦ-39, Жир-3, Угл-3		75
200	<b>Компот из смеси</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-974, Бел-25, Жир-35, Угл-134	<b>80-00</b>	

## Льготная категория питающихся (5-11кл) по 20 р

180	<b>Суп картофельный с крупой(ячневый)</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное.</i>	ЭЦ-62, Бел-1, Жир-2, Угл-9		101
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Компот из смеси</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349

**льготная категория питающихся (5-11кл) по 20 р** ЭЦ-302, Бел-4, Жир-3, Угл-61

**Итого за день** ЭЦ-1 698, Бел-41, Жир-54, Угл-247



# Меню

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак 1-4кл</u></b>				
200	<b>Суп молочный с крупой гречневой.</b> <small>молоко с мдэ 2,5%, крупа гречневая, сахар, масло сливочное</small>	ЭЦ-71, Бел-3, Жир-4, Угл-6		121
200	<b>Кофейный напиток.</b> <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
10	<b>Масло сливочное (</b>	ЭЦ-66, Жир-7		14
15	<b>Сыр твердый (порциями)</b>	ЭЦ-108, Бел-7, Жир-9		15
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>56-64</b>	
<b><u>Обед 5-11кл</u></b>				
200	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат</small>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
180	<b>Жаркое по-домашнему</b> <small>картофель, свинина, лук репчатый, томат, масло растительное.</small>	ЭЦ-414, Бел-13, Жир-32, Угл-18		259
35	<b>Горошек овощной (консервированный).</b>	ЭЦ-13, Бел-1, Угл-2		131
200	<b>Компот из смеси</b> <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>			<b>80-00</b>	
<b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 20 р</u></b>				
180	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат</small>	ЭЦ-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Компот из смеси</b> <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
<b>Итого за день</b>			<b>20-00</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>156-64</b>	



# Меню

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

## Завтрак 1-4кл

150	<b>Запеканка рисовая с творогом .</b> <i>крупа рисовая, творог, сахар, масло сливочное, яйцо куриное, масло растительное., сухари панировочные, сметана, ванилин.</i>	ЭЦ-301, Бел-8, Жир-11, Угл-41		188
20	<b>Сметана</b>	ЭЦ-32, Бел-1, Жир-3, Угл-1		540
200/15/7	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b> <i>сахар, лимоны, чай черный</i>	ЭЦ-62, Угл-15		377
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
10	<b>Масло сливочное (</b>	ЭЦ-66, Жир-7		14
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-553, Бел-11, Жир-23, Угл-72	<b>56-64</b>	

## Обед 5-11кл

200	<b>Суп картофельный с горохом .</b> <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</i>	ЭЦ-439, Бел-6, Жир-39, Угл-12		102
70	<b>Птица тушеная в соусе сметанном/</b> <i>филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</i>	ЭЦ-107, Бел-8, Жир-7, Угл-2		290
120	<b>Каша рассыпчатая гречневая с маслом</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
35	<b>Салат из квашеной капусты</b> <i>капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло растительное.</i>	ЭЦ-30, Бел-1, Жир-2, Угл-3		47
200	<b>Кисель из яблок сушеных</b> <i>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-128, Угл-31		354
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-1 132, Бел-28, Жир-57, Угл-118	<b>80-00</b>	

## Льготная категория питающихся (5-11кл) по 20 р

180	<b>Суп картофельный с горохом .</b> <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</i>	ЭЦ-395, Бел-5, Жир-35, Угл-11		102
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Кисель из яблок сушеных</b> <i>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-128, Угл-31		354

**Льготная категория питающихся (5-11кл) по 20 р** ЭЦ-584, Бел-7, Жир-35, Угл-53 **20-00**

**Итого за день** ЭЦ-2 269, Бел-46, Жир-115, Угл-242 **156-64**



# Меню

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак 1-4кл</u></b>				
200	<b>Макаронны отварные с сыром</b> <i>макаронны, сыр, масло сливочное</i>	ЭЦ-334, Бел-14, Жир-16, Угл-34		204
200	<b>Какао с молоком..</b> <i>молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
10	<b>Масло сливочное (</b>	ЭЦ-66, Жир-7		14
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>56-64</b>	
<b><u>Обед 5-11кл</u></b>				
200	<b>Суп картофельный с клецками.</b> <i>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15		108
70	<b>Тефтели мясные с соусом</b> <i>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., томат, крупа рисовая</i>	ЭЦ-142, Бел-4, Жир-10, Угл-7		279
120	<b>Каша рассыпчатая пшеничная с маслом</b> <i>крупа пшеничная, масло сливочное</i>	ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28		171
35	<b>Винегрет овощной .</b> <i>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное.</i>	ЭЦ-44, Жир-4, Угл-3		67
200/15/7	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b> <i>сахар, лимоны, чай черный</i>	ЭЦ-62, Угл-15		377
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>			<b>80-00</b>	
<b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 20 р</u></b>				
180	<b>Суп картофельный с клецками.</b> <i>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-104, Бел-3, Жир-3, Угл-14		108
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200/15/7	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b> <i>сахар, лимоны, чай черный</i>	ЭЦ-62, Угл-15		377
<b>Итого за день</b>			<b>156-64</b>	





# Меню

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b>Завтрак 1-4кл</b>				
170	<b>Пудинг из творога (запеченный) с соусом и изюмом.</b> <i>творог, молоко с мдж 2,5%, изюм, сахар, крупа манная, масло сливочное, яйцо куриное, сухари панировочные, сметана, мука пшеничная высшего сорта, ванилин.</i>	ЭЦ-325, Бел-18, Жир-15, Угл-30		222
200	<b>Кофейный напиток.</b> <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
10	<b>Масло сливочное (</b>	ЭЦ-66, Жир-7		14
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-562, Бел-20, Жир-23, Угл-65	<b>56-64</b>	
<b>Обед 5-11кл</b>				
200	<b>Рассольник Ленинградский</b> <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное.</i>	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10		96
80	<b>Рыба, запеченная в сметанном соусе.</b> <i>минтай, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., масло сливочное, сыр</i>	ЭЦ-231, Бел-11, Жир-11, Угл-23		232
120	<b>Картофельное пюре с</b> <i>картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17		128
35	<b>Овощи соленые (огурец).</b>	ЭЦ-88, Угл-23		70
200	<b>Компот из смеси</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-933, Бел-22, Жир-25, Угл-150	<b>80-00</b>	
<b>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 20 р</b>				
180	<b>Рассольник Ленинградский</b> <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное.</i>	ЭЦ-77, Бел-1, Жир-4, Угл-9		96
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Компот из смеси</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 813, Бел-46, Жир-52, Угл-276	<b>156-64</b>	



# Меню

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал); белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b>Завтрак 1-4кл</b>				
70	<b>Птица отварная с соусом.</b> <i>цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень)</i>	ЭЦ-265, Бел-17, Жир-21, Угл-1		288
120	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное</i>	ЭЦ-160, Бел-3, Жир-3, Угл-29		305
200/15/ 7	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b> <i>сахар, лимоны, чай черный</i>	ЭЦ-62, Угл-15		377
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
10	<b>Масло сливочное (</b>	ЭЦ-66, Жир-7		14
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>ЭЦ-644, Бел-22, Жир-33, Угл-61</b>	<b>56-64</b>
<b>Обед 5-11кл</b>				
200	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар</i>	ЭЦ-82, Бел-1, Жир-4, Угл-10		82
5	<b>Сметана</b>	ЭЦ-8, Жир-1		540
70	<b>Печень, тушенная в соусе</b> <i>печень (куриная), сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</i>	ЭЦ-125, Бел-10, Жир-7, Угл-6		261
120	<b>Макаронные изделия отварные с маслом.</b> <i>макароны, масло сливочное</i>	ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24		203
35	<b>Салат из свеклы отварной с растительным маслом.</b> <i>свекла, масло растительное.</i>	ЭЦ-32, Жир-2, Угл-3		52
200	<b>Сок фруктовый или ягодный</b>	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>			<b>ЭЦ-689, Бел-23, Жир-21, Угл-99</b>	<b>80-00</b>
<b>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 20 р</b>				
180	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар</i>	ЭЦ-74, Бел-1, Жир-4, Угл-9		82
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Сок фруктовый или ягодный</b>	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
<b>Итого за день</b>			<b>ЭЦ-1 551, Бел-49, Жир-59, Угл-198</b>	<b>20-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>ЭЦ-1 551, Бел-49, Жир-59, Угл-198</b>	<b>156-64</b>

