



№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	№ рецептур ы	Масса порции	Пищевые вещества (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	ЦЕНА
1	2		8	3	4	5	6	7	
Неделя 1	1 - 4 классы (БЕСПЛАТНО)								
День 2									
ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром (с маслом сливочным)	3	80	6,77	8,57	16,31	169,4		
	Запеканка из творога (со сгущенным молоком)	223	170	27,69	23,14	36,08	463		
	Чай с лимоном	431	207	0,3	0,1	15,2	62		
	Хлеб ржаной	ПР	24	1,50	0,26	11,86	60,11		
	Хлеб пшеничный	ПР	20	1,94	0,25	11,83	57,28		
Итого за			501	38,2	32,32	91,28	811,79		
1 - 4 классы (БЕСПЛАТНО)									
ОБЕД	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	42	60	1,07	3,7	5,55	59,7		
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	76	260	3,2	5,6	12,1	112		
	Мясо отварное (в борщ)	241	30	2,72	1,95	0	28,15		
	Котлеты или биточки рыбные (котлета)	234	120	13	8,08	15,84	188		
	Каша рассыпчатая (крупа перловая)	171	160	4,64	7,79	32,91	220		
	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	372	200	0,16	0,16	23,88	97,6		
	Хлеб ржаной	ПР	24	1,50	0,26	11,86	60,11		
Итого за обед			854	26,29	27,54	102,14	765,56		
5 - 11 классы (ПЛАТНО)									
ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром (с маслом сливочным)	3	60	6,77	8,57	16,31	169,4		
	Запеканка из творога (со сгущенным молоком)	223	210	27,69	23,14	36,08	463		
	Чай с лимоном	431	207	0,3	0,1	15,2	62		
	Хлеб ржаной	ПР	30	1,89	0,33	14,83	75,14		
	Хлеб пшеничный	ПР	30	2,37	0,3	14,49	70,14		
Итого за завтрак			537	39,02	32,44	96,91	839,68		
Г П Д , 5 - 11 классы (ПЛАТНО)									
ОБЕД	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	42	100	1,74	6,18	9,24	99,5		
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	76	260	3,2	5,6	12,1	112		
	Мясо отварное (в борщ)	241	30	2,72	1,95	0	28,15		
	Котлеты или биточки рыбные (котлета)	234	120	13	8,08	15,84	188		
	Каша рассыпчатая (крупа перловая)	171	210	6,16	7,96	43,83	271,33		
	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	372	200	0,16	0,16	23,88	97,6		
	Хлеб пшеничный	ПР	30	2,37	0,3	14,49	70,14		
	Хлеб ржаной	ПР	30	1,89	0,33	14,83	75,14		
	Итого за обед		980	31,24	30,56	134,21	941,86		
Г П Д									
ПОЛДНИК	Соки овощные, фруктовые и ягодные (виноградный)	389	200	0,6	0,4	32,6	136,4	17,16	
	Булочка школьная	428	100	8,35	3,2	44,85	241,67	8,15	
Итого за полдник			300	8,95	3,6	77,45	378,07	25,31	