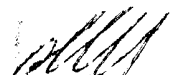


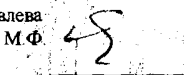
меню площадки (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
30	Помидор св с маслом раст <i>помидоры свежие, масло растительное</i>	ККАЛ-33, Ж-3, У-1	5-68
60	Котлета по- Хлыновски <i>фарш мясной, картофель св, лук репка, сухари паниров., масло растительное, яйцо, соль йодированная</i>	ККАЛ-193, Б-8, Ж-7, У-13	23-50
160	Макароны отварные (регатоны) <i>макароны (регатоны), масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-179, Б-5, Ж-8, У-34	9-67
200	Чай с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное с/с 8.5%, чай байховый</i>	ККАЛ-119, Б-3, Ж-3, У-20	12-86
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	5-10
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-53
Итого за завтрак		ККАЛ-679, Б-21, Ж-22, У-98	59-34
обед			
100	Огурец свежий с маслом растительным <i>огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-170, Ж-3, У-2	16-44
200	Суп овощной со сметаной <i>картофель св, капуста белокочанная свежая, лук репка, морковь св, сметана 15%, горошек зеленый консервир., масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-103, Б-2, Ж-4, У-8	15-92
90	Запеканка кур <i>куры грудка, рис о/п, яйцо, лук репка, масло сливочное, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-246, Б-18, Ж-20, У-30	26-76
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-173, Б-4, Ж-4, У-27	8-93
200	Компот из чернослив <i>чернослив, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-112, У-26	7-18
55	Хлеб пшеничный	ККАЛ-129, Б-4, У-27	5-08
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-53
Итого за обед		ККАЛ-984, Б-30, Ж-31, У-130	82-84
полдник			
200	Молоко свежее пастер.	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-5	16-40
166	Апельсин свежий	ККАЛ-78, Б-2, У-20	26-56
100	Пирожное песочное с фр.нач	ККАЛ-435, Б-5, Ж-19, У-63	45-00
Итого за полдник		ККАЛ-620, Б-13, Ж-24, У-88	87-96
Итого за день		ККАЛ-2 283, Б-64, Ж-77, У-316	230-14

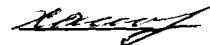
Директор
МБОУ "Лицей
№ 3"



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер



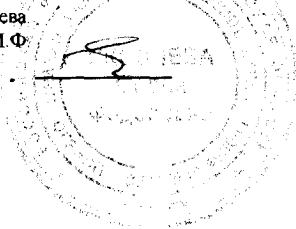
меню площадки (12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
45	Помидор св с маслом раст <i>помидоры свежие, масло растительное</i>	ККАЛ-50, Ж-5, У-2	8-31
70	Котлета по- Хлыновски <i>фарш мясной, картофель св, лук репка, сухари паниров., масло растительное, яйцо, соль йодированная</i>	ККАЛ-226, Б-9, Ж-8, У-15	27-42
150	Макароньы отварные (регатоны) <i>макароньы (регатоны), масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-168, Б-5, Ж-8, У-32	9-06
200	Чай с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное с/с 8,5%, чай байховый</i>	ККАЛ-119, Б-3, Ж-3, У-20	12-86
56	Батон белый	ККАЛ-145, Б-4, Ж-2, У-28	7-14
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, У-13	3-37
Итого за завтрак		ККАЛ-776, Б-24, Ж-26, У-110	68-16
обед			
250	Суп овощной со сметаной <i>картофель св, капуста белокочанная свежая, лук репка, морковь св, сметана 15%, горошек зеленый консервир., масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-129, Б-2, Ж-5, У-11	19-90
100	Запеканка кур <i>куры груока, рис о/п, яйцо, лук репка, масло сливочное, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-273, Б-20, Ж-22, У-33	29-73
200	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-230, Б-5, Ж-6, У-37	11-90
200	Компот из чернослив <i>чернослив, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-112, У-26	7-18
76	Хлеб пшеничный	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	7-02
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	4-22
Итого за обед		ККАЛ-1 008, Б-36, Ж-35, У-161	79-95
полдник			
200	Молоко свежее пастер.	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-5	16-40
120	Яблоки свежие	ККАЛ-53, У-12	18-00
100	Пирожное песочное с фр.нач	ККАЛ-435, Б-5, Ж-19, У-63	45-00
Итого за полдник		ККАЛ-595, Б-11, Ж-24, У-80	79-40
Итого за день		ККАЛ-2 379, Б-71, Ж-85, У-351	227-51

Директор
МБОУ "Лицей
№ 3"



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер

