

меню площадки (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
80	Запеканка "Нежная" с творогом <small>творог свежий 9%, рис, яйцо, сахар-песок, масло сливочное, сметана 15%, сухари паниров., соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-256, Б-12, Ж-12, У-22	20-31
10	Молоко сгущенное	ККАЛ-30, Б-1, Ж-1, У-5	2-90
150	Каша манная молочная с маслом <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-146, Б-4, Ж-7, У-17	9-89
200	Чай с молоком <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</small>	ККАЛ-119, Б-3, Ж-3, У-20	7-61
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	4-60
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
Итого за завтрак		ККАЛ-706, Б-25, Ж-24, У-94	47-61
обед			
50	Помидор свежий с маслом растительным <small>помидоры свежие, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-34, Б-1, Ж-5, У-2	14-31
200	Рассольник Ленинградский <small>картофель св, огурцы консервированные, морковь св, сметана 15%, рис, лук репка, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-152, Б-4, Ж-4, У-13	19-15
150	Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, У-20	15-72
200	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-85, У-21	4-66
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	5-03
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
90	Запеканка Камчатка (рыба) <small>минтай филе, свинина п/ф, яйцо, лук репка, рис, масло растительное, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-212, Б-12, Ж-11, У-25	28-02
Итого за обед		ККАЛ-793, Б-27, Ж-25, У-121	89-19
полдник			
200	Молоко свежее пастер.	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-5	13-98
164	Мандарины свежие	ККАЛ-75, Б-1, У-18	34-44
90	Булочка слоеная с фруктовой начинкой	ККАЛ-435, Б-5, Ж-19, У-63	34-00
Итого за полдник		ККАЛ-617, Б-12, Ж-24, У-86	82-42
Итого за день		ККАЛ-1916, Б-64, Ж-73, У-301	219-22

Директор
МБОУ "Лицей
№ 3"



ИП Яковлева
М.Ф.



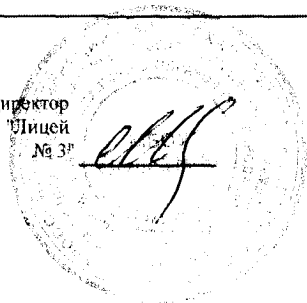
Фельдшер



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			
60	Запеканка "Нежная" с творогом <small>творог свежий 9%, рис, яйцо, сахар-песок, масло сливочное, сметана 15%, сухари паниров., соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-192, Б-9, Ж-9, У-16	15-23
20	Молоко сгущенное	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	5-80
200	Каша манная молочная с маслом <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-195, Б-5, Ж-10, У-23	13-19
200	Чай с молоком <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</small>	ККАЛ-119, Б-3, Ж-3, У-20	7-61
56	Батон белый	ККАЛ-145, Б-4, Ж-2, У-28	6-44
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, У-13	3-06
Итого за завтрак		ККАЛ-778, Б-25, Ж-26, У-110	51-33
обед			
50	Помидор свежий с горошком <small>помидоры свежие, горошек зеленый консервир., масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-52, Б-1, Ж-4, У-2	13-76
250	Рассольник Ленинградский <small>картофель св, огурцы консервированные, морковь св, сметана 15%, рис, лук репка, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-190, Б-5, Ж-5, У-16	23-94
100	Тефтели рыбные <small>минтай филе, рис, лук репка, яйцо, масло растительное, зелень сухая (укроп, петрушка), соль йодированная</small>	ККАЛ-177, Б-14, Ж-13, У-20	28-26
180	Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	18-87
200	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-85, У-21	4-66
76	Хлеб пшеничный	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	6-38
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	3-83
Итого за обед		ККАЛ-910, Б-33, Ж-30, У-137	99-70
полдник			
200	Молоко свежее пастер.	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-5	13-98
164	Мандарины свежие	ККАЛ-75, Б-1, У-18	34-44
36	Вафли детские	ККАЛ-122, Б-6, Ж-7, У-35	16-20
Итого за полдник		ККАЛ-304, Б-13, Ж-12, У-58	64-62
Итого за день		ККАЛ-1 992, Б-71, Ж-68, У-305	215-65

Директор
МБОУ "Лицей
№ 3"



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер

Handwritten signature of the Pharmacist