

# меню площадки (12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
200	<b>Каша пшениная молочная с маслом</b> <i>пшено шлифованное, молока сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-250, Б-7, Ж-6, У-31	15-53
100	<b>Омлет с маслом сливочным</b> <i>яйцо, молока сухое 25%, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-146, Б-10, Ж-11, У-2	18-70
200	<b>Чай витаминный</b> <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i>	ККАЛ-92, У-22	4-91
56	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-2, У-28	6-44
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	3-06
24	<b>Мармелад</b>	ККАЛ-77, У-21	6-24
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-778, Б-24, Ж-19, У-117	54-88
<u>обед</u>			
100	<b>Икра свекольная</b> <i>свекла свежая, масло растительное, лук репка, сахар-песок, чеснок свежий, соль йодированная</i>	ККАЛ-182, Б-1, Ж-10, У-10	10-08
260	<b>Суп крестьянский со сметаной</b> <i>капуста белокачанная свежая, картофель св, морковь св, лук репка, сметана 15%, пшено шлифованное, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-105, Б-2, Ж-6, У-10	10-63
280	<b>Плов из птицы</b> <i>куры грудка, рис о.п, морковь св, лук репка, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-387, Б-24, Ж-18, У-50	54-61
200	<b>Сок яблочный</b>	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	17-15
76	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	6-38
50	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	3-83
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-1 048, Б-36, Ж-37, У-151	102-68
<u>полдник</u>			
200	<b>Снежок</b>	ККАЛ-158, Б-5, Ж-5, У-22	21-48
145	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-67, Б-1, У-16	30-45
50	<b>Круассан со сгущенкой</b>	ККАЛ-175, Б-2, Ж-1, У-49	16-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-400, Б-8, Ж-6, У-87	67-93
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2 226, Б-68, Ж-62, У-355	225-49

Директор  
МБОУ "СОШ  
№ 19"



ИП Ласкутова  
О.П.



Фельдшер

Дмитриева А.В.

Ф

## меню площадки (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
200	<b>Каша пшеничная молочная с маслом</b> <i>пшеница шлифованная, молоко сухое 23%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-250, Б-7, Ж-6, У-31	15-53
80	<b>Омлет с маслом сливочным</b> <i>яйцо, молоко сухое 25%, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-117, Б-8, Ж-9, У-2	14-96
200	<b>Чай витаминный</b> <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i>	ККАЛ-92, У-22	4-91
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	4-60
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
12	<b>Мармелад</b>	ККАЛ-39, У-11	3-12
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-653, Б-20, Ж-16, У-96	45-42
<u>обед</u>			
60	<b>Икра свекольная</b> <i>свекла свежая, масло растительное, лук репка, сахар-песок, чеснок свежий, соль йодированная</i>	ККАЛ-109, Б-1, Ж-6, У-6	6-05
200	<b>Суп крестьянский с курицей, сметаной.</b> <i>капуста белокачанная свежая, картофель св. кури грудка, сметана 15%, лук репка, морковь св. пшеница шлифованная, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-109, Б-4, Ж-7, У-7	13-20
240	<b>Плов из птицы</b> <i>кури грудка, рис о/н, морковь св. лук репка, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-332, Б-21, Ж-16, У-43	46-81
200	<b>Сок яблочный</b>	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	17-15
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-141, Б-5, У-30	5-03
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-852, Б-33, Ж-30, У-123	90-54
<u>полдник</u>			
200	<b>Снежок</b>	ККАЛ-158, Б-5, Ж-5, У-22	21-48
145	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-67, Б-1, У-16	30-45
75	<b>Кекс "Триумф"</b>	ККАЛ-107, Б-2, Ж-6, У-12	31-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-332, Б-8, Ж-11, У-50	82-93
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1817, Б-61, Ж-57, У-269	218-89



ИП Лоскутова  
О.П.



Фельдшер

Дмитриева АВ.  
Д