

меню площадки (12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
40	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-9, У-2	11-62
250	Каша Новгородская гречневая с птицей <i>куры грудка, гречка, масло сливочное, морковь св, соль йодированная</i>	ККАЛ-400, Б-18, Ж-18, У-40	43-13
200	Чай итальянский (с корицей) <i>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</i>	ККАЛ-62, У-15	2-41
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	7-30
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-750, Б-25, Ж-27, У-98	73-96
<u>обед</u>			
100	Огурец свежий порц. <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-14, Б-1, У-3	18-87
250	Борщ с фасолью, сметаной <i>свекла свежая, капуста белокочанная свежая, фасоль, лук репка, сметана 15%, морковь св, томат-паста, масло сливочное, лимон свежий, чеснок свежий, соль йодированная, сахар-песок, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-212, Б-13, Ж-7, У-18	18-02
280	Жаркое по - домашнему <i>картофель св, свинина п/ф, лук репка, масло сливочное, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-439, Б-12, Ж-25, У-47	51-44
200	Сок яблочный	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	17-15
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-1 039, Б-35, Ж-35, У-149	115-69
<u>полдник</u>			
200	Молоко свежее пастер.	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-5	13-92
132	Яблоки свежие	ККАЛ-59, Б-1, Ж-1, У-13	21-12
80	Пряник фестивальны	ККАЛ-320, Б-10, Ж-11, У-55	16-00
Итого за полдник		ККАЛ-486, Б-17, Ж-17, У-73	51-04
Итого за день		ККАЛ-2 275, Б-77, Ж-79, У-320	240-69



ИП Лоскутова
О.П.



Фельдшер

Амфилова 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)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

завтрак

30	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-6, У-1	8-72
200	Каша Новгородская гречневая с птицей <i>куры грудка, гречка, масло сливочное, морковь св, соль йодированная</i>	ККАЛ-320, Б-14, Ж-14, У-32	34-51
200	Чай итальянский (с корицей) <i>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</i>	ККАЛ-62, У-15	2-41
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	7-30
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-609, Б-19, Ж-22, У-78	59-84

обед

60	Огурец свежий порц. <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-8, У-2	11-32
230	Борщ с фасолью, сметаной <i>свекла свежая, капуста белокочанная свежая, фасоль, лук репка, сметана 15%, морковь св, томат-паста, масло сливочное, лимон свежий, чеснок свежий, соль йодированная, сахар-песок, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-195, Б-12, Ж-7, У-17	16-57
240	Жаркое по - домашнему <i>картофель св, свинина п/ф, лук репка, масло сливочное, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-376, Б-11, Ж-22, У-40	44-09
200	Сок яблочный	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	17-15
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	5-03
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
Итого за обед		ККАЛ-881, Б-30, Ж-30, У-126	96-46

полдник

200	Молоко свежее пастер.	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-5	13-92
132	Яблоки свежие	ККАЛ-59, Б-1, Ж-1, У-13	21-12
70	Пончик "берлинский"	ККАЛ-235, Б-8, Ж-10, У-50	27-00
Итого за полдник		ККАЛ-401, Б-15, Ж-16, У-68	62-04

Итого за день ККАЛ-1 891, Б-64, Ж-68, У-272

218-34

Директор
МБОУ "СОШ
№ 19"



ИП Лоскутова
О.П.



Фельдшер

Дмитриева А.В.
D