

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			
40	Помидор свежий порционный <small>помидоры св, масло растительное</small>	ККАЛ-9, У-2	11-62
250	Каша Новгородская гречневая с птицей <small>куры грудка, гречка, масло сливочное, морковь св, соль йодированная</small>	ККАЛ-400, Б-18, Ж-18, У-40	43-13
200	Чай итальянский (с корицей) <small>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</small>	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
обед			
30	Огурец свежий порц. <small>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</small>	ККАЛ-4, У-1	5-42
250	Борщ с фасолью, сметаной <small>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</small>	ККАЛ-212, Б-13, Ж-7, У-18	18-02
280	Жаркое по - домашнему <small>картофель св, свинина п/ф, лук репка, масло сливочное, томат-паста, соль йодированная</small>	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-1 029, Б-34, Ж-35, У-147	102-24
полдник			
200	Молоко свежее пастер.	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-5	13-92
127	Яблоки свежие	ККАЛ-56, Б-1, Ж-1, У-12	20-32
80	Пряник фестивальныи	ККАЛ-320, Б-10, Ж-11, У-55	16-00
45	Шоколад	ККАЛ-277, Б-5, Ж-17, У-25	35-35
Итого за полдник		ККАЛ-760, Б-22, Ж-34, У-97	85-59
Итого за день		ККАЛ-2 539, Б-81, Ж-96, У-342	261-79



ИП Лоскутова
О.П.



Фельдшер

Фоминцева А.В.

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 <small>помидоры св, масло растительное</small>	ККАЛ-6, У-1	8-72
200	Каша Новгородская гречневая с птицей <small>крыи грудка, гречка, масло сливочное, морковь св, соль йодированная</small>	ККАЛ-320, Б-14, Ж-14, У-32	34-51
200	Чай итальянский (с корицей) <small>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</small>	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			
25	Огурец свежий порц. <small>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</small>	ККАЛ-4, У-1	4-02
200	Борщ с фасолью, сметаной <small>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</small>	ККАЛ-169, Б-10, Ж-6, У-15	14-41
240	Жаркое по - домашнему <small>картофель св, свинина п/ф, лук репка, масло сливочное, томат-паста, соль йодированная</small>	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-851, Б-28, Ж-29, У-123	87-00
полдник			
200	Молоко свежее пастер.	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-5	13-92
234	Апельсин свежий	ККАЛ-110, Б-2, У-27	36-27
100	Пирожное песочное с фр.нач	ККАЛ-435, Б-5, Ж-19, У-63	41-00
45	Шоколад	ККАЛ-277, Б-5, Ж-17, У-25	35-35
Итого за полдник		ККАЛ-929, Б-18, Ж-41, У-120	126-54
Итого за день		ККАЛ-2 389, Б-65, Ж-92, У-321	273-38

Директор
МБОУ "СОШ
№ 19"



ИП Лоскутова
О.П.



Фельдшер

Дмитриева А.В.
D