

Школы (Младшие классы.)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------------------------|--|---|-------------------------|
| Горячий завтрак1 | | | |
| 110 | Фрикадельки "Румяные щечки" с соусом | Калорийность-166, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 154 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-202, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33 | |
| 200 | Какао с молоком | Калорийность-107, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13 | |
| 30 | Хлеб пшеничный для детского питания | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-21 | |
| 20 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9 | |
| Итого за Горячий завтрак1 | | Калорийность-598, Белки-31, Жиры-16, Углеводы-85 | |
| Обед1 | | | |
| 210 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | Калорийность-93, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10 | |
| 90 | Гуляш | Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4 | |
| 150 | Рис припущенный | Калорийность-202, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-35 | |
| 207 | Чай с сахаром и лимоном | Калорийность-28, Углеводы-7 | |
| 40 | Хлеб пшеничный для детского питания | Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28 | |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14 | |
| Итого за Обед1 | | Калорийность-720, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-98 | |
| Итого за день | | Калорийность-1 318, Белки-58, Жиры-45, Углеводы-182 | |

Школы (Старшие классы.)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------------------------|--|---|-------------------------|
| Горячий завтрак2 | | | |
| 110 | Фрикадельки "Румяные щечки" с соусом | Калорийность-166, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 185 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-242, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39 | |
| 200 | Какао с молоком | Калорийность-107, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13 | |
| 40 | Хлеб пшеничный для детского питания | Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28 | |
| 40 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19 | |
| Итого за Горячий завтрак2 | | Калорийность-709, Белки-34, Жиры-17, Углеводы-107 | |
| Обед2 | | | |
| 260 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13 | |
| 90 | Гуляш | Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4 | |
| 200 | Рис припущенный | Калорийность-269, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47 | |
| 207 | Чай с сахаром и лимоном | Калорийность-28, Углеводы-7 | |
| 50 | Хлеб пшеничный для детского питания | Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27 | |
| 40 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19 | |
| Итого за Обед2 | | Калорийность-854, Белки-31, Жиры-31, Углеводы-115 | |
| Итого за день | | Калорийность-1 563, Белки-65, Жиры-49, Углеводы-222 | |