

Утверждаю  
 директор «Лапшихинская СШ»  
 Т.А. Замятина  
 « 10 » « 05 », 2021 г.

| Раздел         | Наименование блюда    | Возраст детей 6,5-11 лет |                  |       |          |                         | Возраст от 11 до 18 лет |                  |       |          |                         |
|----------------|-----------------------|--------------------------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                       | Вес блюда                | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | Вес блюда               | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|                |                       |                          | белки            | жиры  | углеводы |                         |                         | белки            | жиры  | углеводы |                         |
| 1              | 2                     | 3                        | 4                | 5     | 6        | 7                       | 8                       | 9                | 10    | 11       | 12                      |
| <b>Завтрак</b> |                       |                          |                  |       |          |                         |                         |                  |       |          |                         |
| гор.блюда      | Каша молочная пшеница | 200/10                   | 10,52            | 9,6   | 56,7     | 375                     | 200/10                  | 10,52            | 9,6   | 56,7     | 375                     |
| гор.блюда      | Шоурт                 | 125                      | 5,13             | 1,8   | 1,13     | 66,8                    | 125                     | 5,13             | 1,8   | 1,13     | 66,8                    |
| гор. напиток   | Корейский напиток     | 200                      | 3,16             | 2,6   | 28,27    | 155                     | 200                     | 3,16             | 2,6   | 28,27    | 155                     |
| хлеб           | Хлеб                  | 30                       | 2,37             | 0,3   | 14,49    | 70,5                    | 50                      | 3,45             | 0,5   | 24,15    | 117,5                   |
| кон. изделия   |                       |                          |                  |       |          |                         |                         |                  |       |          |                         |
| овощи          |                       |                          |                  |       |          |                         |                         |                  |       |          |                         |
| фрукты         | Яблоко                | 100                      | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47                      | 100                     | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47                      |
| сыр            | Сыр                   | 15                       | 3,95             | 3,99  | 0        | 52                      | 30                      | 7,89             | 7,98  | 0        | 103                     |
|                | Масло сливочное       | 10                       | 0,06             | 8,2   | 0,1      | 74,8                    | 10                      | 0,06             | 8,2   | 0,1      | 74,8                    |
| <b>Цена</b>    |                       | <b>61,45</b>             |                  |       |          |                         | <b>71,45</b>            |                  |       |          |                         |
| <b>Обед</b>    |                       |                          |                  |       |          |                         |                         |                  |       |          |                         |
| 1 блюда        | Щи из свежей капусты  | 250/10                   | 1,4              | 4,95  | 7,9      | 89,45                   | 250/10                  | 1,4              | 4,95  | 7,9      | 89,45                   |
| 2 блюда        | Котлета рубленая      | 50/40                    | 9,31             | 10,32 | 7,98     | 285                     | 50/40                   | 9,31             | 10,32 | 7,98     | 285                     |
| гарнир         | Картофельное пюре     | 150                      | 3,06             | 4,8   | 28,27    | 155,2                   | 180                     | 3,67             | 5,76  | 24,48    | 164,7                   |
| гор. напиток   | Компот из сухофруктов | 200                      | 0,4              | 0     | 2,44     | 113                     | 200                     | 0,4              | 0     | 2,44     | 113                     |
| хлеб           | Хлеб                  | 30                       | 2,37             | 0,3   | 14,49    | 70,5                    | 50                      | 3,45             | 0,5   | 24,15    | 117,5                   |
| фрукты         |                       |                          |                  |       |          |                         |                         |                  |       |          |                         |
| конд. изделия  |                       |                          |                  |       |          |                         |                         |                  |       |          |                         |
| овощи          |                       |                          |                  |       |          |                         |                         |                  |       |          |                         |
| <b>Цена</b>    |                       | <b>92,18</b>             |                  |       |          |                         | <b>107,16</b>           |                  |       |          |                         |