

Школа 7-11 (1 смена)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------|---|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 110 | Шницель домашний(с соусом) <i>фарш из говядины (топ.уфабрикаст), фарш свиной (топ.уфабрикаст), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i> | Белки-10, Жиры-15, Углеводы-13, Калорийность-227 | 45-30 |
| 160 | Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210 | 11-79 |
| 200 | Чай с вареньем из черной смородины <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i> | Углеводы-5, Калорийность-63 | 8-18 |
| 46 | Хлеб пшеничный | Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22, Калорийность-98 | 3-71 |
| 516 | Итого за Завтрак | Белки-20, Жиры-21, Углеводы-73, Калорийность-598 | 68-98 |
| Обед | | | |
| 70 | Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленые, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-1, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-95 | 9-22 |
| 200 | Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i> | Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101 | 18-90 |
| 110 | Шницель домашний(с соусом) <i>фарш из говядины (топ.уфабрикаст), фарш свиной (топ.уфабрикаст), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i> | Белки-10, Жиры-15, Углеводы-13, Калорийность-227 | 45-30 |
| 180 | Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321 | 10-67 |
| 200 | Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i> | Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106 | 13-65 |
| 21 | Хлеб пшеничный | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45 | 1-70 |
| 20 | Хлеб ржано- пшеничный | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48 | 1-35 |
| 801 | Итого за Обед | Белки-39, Жиры-28, Углеводы-120, Калорийность-944 | 100-79 |
| 801 | Итого за день | Белки-59, Жиры-50, Углеводы-193, Калорийность-1 542 | 169-77 |

Бухгалтер-калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор



Школа 7-11 (2 смена)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------|---|---|-------------------------|
| Обед | | | |
| 80 | Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленые, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-109 | 10-54 |
| 200 | Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i> | Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101 | 18-90 |
| 100 | Шницель домашний(с соусом) <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i> | Белки-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207 | 41-18 |
| 180 | Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321 | 10-67 |
| 200 | Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i> | Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106 | 13-65 |
| 23 | Хлеб пшеничный | Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-49 | 1-84 |
| 25 | Хлеб ржано- пшеничный | Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-60 | 1-68 |
| 808 | Итого за Обед | Белки-39, Жиры-28, Углеводы-123, Калорийность-953 | 98-46 |
| Полдник | | | |
| 50 | Булочка с посыпкой и изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, изюм, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, ванилин</i> | Белки-5, Жиры-6, Углеводы-31, Калорийность-198 | 6-63 |
| 200 | Яблоко | Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94 | 23-76 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-60 | 2-55 |
| 450 | Итого за Полдник | Белки-5, Жиры-6, Углеводы-68, Калорийность-351 | |
| 450 | Итого за день | Белки-44, Жиры-34, Углеводы-191, Калорийность-1305 | |

Бухгалтер
калькуляций




Миланова Н.М.

Генеральный
директор

Зитонский Д.А.

Составлено
Директор

Меню Школа 12-18

| Выход (г) | Наименование блюда | Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------|---|---|---|
| Завтрак | | | |
| 130 | Шницель домашний (с соусом) <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/с, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i> | Белки-12, Жиры-18, Углеводы-15, Калорийность-269 | 53-53 |
| 200 | Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-8, Жиры-7, Углеводы-42, Калорийность-262 | 14-73 |
| 200 | Чай с вареньем из черной смородины <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i> | Углеводы-5, Калорийность-63 | 8-18 |
| 50 | Хлеб пшеничный | Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107 | 4-04 |
| 580 | Итого за Завтрак | Белки-24, Жиры-26, Углеводы-86, Калорийность-700 | 80-48 |
| Обед | | | |
| 100 | Винегрет овощной <i>картофель в/с, морковь в/с, огурцы соленые, свекла в/с, лук в/с, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136 | 13-17 |
| 250 | Суп рыбный <i>картофель в/с, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/с, лук в/с, соль йодированная</i> | Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-127 | 23-63 |
| 120 | Митболы с соусом томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-12, Жиры-9, Углеводы-9, Калорийность-169 | 49-50 |
| 200 | Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-23, Жиры-6, Углеводы-53, Калорийность-357 | 11-85 |
| 200 | Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i> | Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106 | 13-65 |
| 35 | Хлеб пшеничный | Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-75 | 2-83 |
| 35 | Хлеб ржано-пшеничный | Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-84 | 2-36 |
| 940 | Итого за Обед | Белки-46, Жиры-26, Углеводы-142, Калорийность-1054 | 116-99 |
| Полдник | | | |
| 60 | Булочка с посыпкой и изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, изюм, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, ванилин</i> | Белки-5, Жиры-8, Углеводы-37, Калорийность-237 | 7-95 |
| 200 | Яблоко | Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94 | 23-76 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-60 | 2-55 |
| 460 | Итого за Полдник | Белки-6, Жиры-8, Углеводы-74, Калорийность-391 | 34-26 |
| 460 | Итого за день | Белки-76, Жиры-60, Углеводы-307, Калорийность-2145 | 234-133 |
| Бухгалтер-калькулятор |  Мильютина Н.М. | Генеральный директор  Затонский Д.А. | Согласовано Директор  |



Меню школа ОВЗ 7-18 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------|--------------------|--|----------------------------|
|-----------|--------------------|--|----------------------------|

Завтрак

| | | | |
|-----|--|--|--|
| 110 | Шницель домашний(с соусом) <i>фарш из говядины (вотуфабрикат), фарш свиной (вотуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с/2, сахар-песок</i> | Белки-10, Жиры-15, Углеводы-13, Калорийность-227 | |
| 160 | Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210 | |
| 200 | Чай с вареньем из черной смородины <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черной лист</i> | Углеводы-5, Калорийность-63 | |
| 46 | Хлеб пшеничный | Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22, Калорийность-98 | |

Завтрак2

| | | | |
|-----|---|---------------------------------------|--|
| 20 | Сушки | Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68 | |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черной лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-60 | |

736 **Итого за 1-я смена** Белки-22, Жиры-22, Углеводы-102, Калорийность-726 **78-30**

Обед

| | | | |
|-----|--|--|--|
| 80 | Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соевые, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-109 | |
| 200 | Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i> | Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101 | |
| 100 | Шницель домашний(с соусом) <i>фарш из говядины (вотуфабрикат), фарш свиной (вотуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с/2, сахар-песок</i> | Белки-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207 | |
| 180 | Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321 | |
| 200 | Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i> | Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106 | |
| 23 | Хлеб пшеничный | Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-49 | |
| 25 | Хлеб ржано- пшеничный | Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-60 | |

Полдник

| | | | |
|-----|---|---------------------------------------|--|
| 20 | Сушки | Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68 | |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черной лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-60 | |

1 028

Итого за 2-я смена Белки-41, Жиры-28, Углеводы-152, Калорийность-1 081

Бухгалтер-
комбинатор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор