

# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Чиполлетти из говядины с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйца куриные 2, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-145	40-89
200	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299	19-69
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	6-85
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
550	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-23, Жиры-16, Углеводы-98, Калорийность-616	71-17
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат Здоровье</b> <i>пorkавы в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10, Калорийность-104	18-25
250	<b>Суп крестьянский с крупой</b> <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-119	9-41
110	<b>Биточек припущенный из птицы</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-2, Углеводы-11, Калорийность-119	60-21
200	<b>Каша перловая рассыпчатая с овощами</b> <i>крупа перловая, морковь в/к, масло подсолнечное, масло сливочное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-11, Углеводы-28, Калорийность-250	11-39
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	8-77
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-96	2-69
940	<b>Итого за Обед</b>	Белки-30, Жиры-26, Углеводы-117, Калорийность-886	113-95
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка школьная</b> <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-9, Жиры-3, Углеводы-66, Калорийность-324	7-65
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200	<b>Варенец</b>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-102	31-17
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-17, Жиры-9, Углеводы-112, Калорийность-601	45-12
350	<b>Итого за день</b>	Белки-70, Жиры-51, Углеводы-327, Калорийность-2104	231-54

Бухгалтер-расчетчик

Милькина Н.М.

Генеральный директор

Забирский Д.А.

Согласован 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

100	<b>Чиполлетти из говядины с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-145	
190	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-49, Калорийность-284	
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черной лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	
31	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-66	

## Завтрак2

30	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черной лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	

756	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-23, Жиры-17, Углеводы-124, Калорийность-736	78-30
-----	---------------------------	---	-------

## Обед

90	<b>Салат Здоровье</b> <i>морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-94	
200	<b>Суп крестьянский с крупой</b> <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	
110	<b>Чиполлетти из говядины с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-11, Калорийность-151	
200	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299	
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	
28	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-60	
32	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-16, Калорийность-77	

## Полдник

30	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черной лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	

1 095	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-29, Жиры-27, Углеводы-106, Калорийность-1 062	
-------	---------------------------	---	--

Бухгалтер-кассир

Мальшова Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласован Директор

