

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10/20	Бутерброд с сыром <i>батон парезной, сыр твердый</i>	Белки-3,91, Жиры-3,53, Углеводы-10,21, Калорийность-88,25	10-96
200/5	Каша молочная рисовая <i>молоко 2,5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9,33, Жиры-11,82, Углеводы-27,6, Калорийность-254,1	22-73
200	Яблоко	Белки-0,8, Углеводы-22,6, Калорийность-93,6	23-76
200	Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток</i>	Жиры-1,7, Углеводы-13,54, Калорийность-70,66	9-75
22	Хлеб пшеничный	Белки-1,67, Углеводы-10,49, Калорийность-50,98	1-78
Итого за Завтрак		Белки-16, Жиры-17, Углеводы-84, Калорийность-558	68-98
657			
<u>Обед</u>			
70	Огурцы соленые	Белки-1,96, Углеводы-1, Калорийность-11,48	12-18
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1,68, Жиры-8, Углеводы-6,4, Калорийность-104,32	5-52
220	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина ф/к-Сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-17,96, Жиры-15,84, Углеводы-46,4, Калорийность-400,24	66-77
200	Сок фруктовый	Углеводы-22,6, Калорийность-93,54	10-08
30	Хлеб пшеничный	Белки-2,28, Углеводы-14,31, Калорийность-69,6	2-42
20	Хлеб рисано-пшеничный	Белки-1,54, Углеводы-9,8, Калорийность-46,8	1-35
Итого за Обед		Белки-26, Жиры-25, Углеводы-100, Калорийность-726	98-32
740			
Итого за день		Белки-42, Жиры-46, Углеводы-185, Калорийность-1284	167-30
740			

Бухгалтер-калькулятор



Малышева Н.М.

Генеральный директор



Зайонский Д.А.

Согласовано
Директор

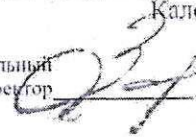



Школа 7-11 (2 смена)

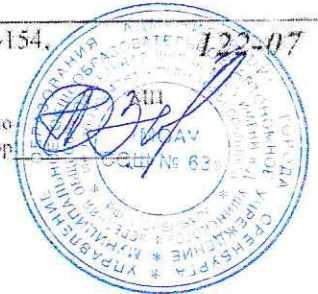
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
70	Огурцы соленые	Белки-1,96, Углеводы-1, Калорийность-11,48	12-18
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя в/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	5-52
220	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к Георгин (сулая), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-24, Жиры-18, Углеводы-26, Калорийность-356	66-77
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
21	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	1-67
33	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-16, Калорийность-80	2-22
744	Итого за Обед	Белки-26, Жиры-25, Углеводы-103, Калорийность-735	98-46
Полдник			
100	Кекс "Столичный" с изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное с2, изюм, сахарная пудра, соль йодированная, сода пищевая</i>	Белки-7,86, Жиры-9,15, Углеводы-51,5, Калорийность-317,79	22-84
200	Чай б/с		0-77
300	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-9, Углеводы-52, Калорийность-320	23-61
300	Итого за день	Белки-34, Жиры-34, Углеводы-154, Калорийность-1 055	122-07

Бухгалтер-
калькулятор


Мальничева Н.М.

Генеральный
директор


Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10/20	Бутерброд с сыром <i>батон паровой, сыр твердый</i>	Белки-4, Жиры-3,53, Углеводы-14,21, Калорийность-88,25	10-96
250/5	Каша молочная рисовая <i>молоко 2,5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10,42, Жиры-12,61, Углеводы-34,75, Калорийность-294,17	27-16
200	Яблоко вит	Белки-1, Углеводы-22,6, Калорийность-94	23-76
200	Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток</i>	Жиры-1,7, Углеводы-13,54, Калорийность-70,66	9-75
50	Хлеб пшеничный	Белки-3,8, Жиры-1, Углеводы-18,85, Калорийность-96	4-04
735	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-18, Углеводы-100, Калорийность-643	75-67
Обед			
100	Огурцы соленые	Белки-2,8, Углеводы-1,3, Калорийность-16,4	17-40
250	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2,1, Жиры-16, Углеводы-8, Калорийность-130,4	6-90
250	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к (сулая), лук в/к, масло подсолнечное, томаты-паста, соль йодированная</i>	Белки-20,42, Жиры-18, Углеводы-50,53, Калорийность-445,8	75-88
200	Сок фруктовый	Углеводы-22,6, Калорийность-93,54	10-08
40	Хлеб пшеничный	Белки-3,04, Углеводы-19,08, Калорийность-92,8	3-23
40	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3,08, Углеводы-19,6, Калорийность-93,6	2-69
880	Итого за Обед	Белки-32, Жиры-29, Углеводы-121, Калорийность-873	116-18
Полдник			
100	Кекс "Столичный" с изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное с2, изюм, сахарная пудра, соль йодированная, сода пищевая</i>	Белки-7,86 Жиры-9,15, Углеводы-51,5, Калорийность-319,79	22-84
51	Печенье сахарное	Белки-3,83, Жиры-4,69, Углеводы-8,7, Калорийность-92,33	6-74
200	Чай б/с		0-77
351	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-14, Углеводы-60, Калорийность-412	30-85
351	Итого за день	Белки-63, Жиры-61, Углеводы-281, Калорийность-1927	222-20

Бухгалтер-калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный директор

Затонский 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)
<u>Завтрак</u>			
10/20	Бутерброд с сыром <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-3,91, Жиры-3,53, Углеводы-10,21, Калорийность-88,25	
200/5	Каша молочная рисовая <i>молоко 2,5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9,33, Жиры-11,82, Углеводы-27,6, Калорийность-254,1	
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-22,6, Калорийность-93,6	
200	Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток</i>	Жиры-1,7, Углеводы-13,54, Калорийность-70,66	
22	Хлеб пшеничный	Белки-1,67, Углеводы-10,49, Калорийность-50,98	
<u>Завтрак2</u>			
20	Сушки	Белки-2,2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай б/с		
877	Итого за 1-я смена	Белки-18,21, Жиры-18, Углеводы-98, Калорийность-625	78-30

Обед

70	Огурцы соленые	Белки-1,96 Углеводы-1, Калорийность-11,48	
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1,68, Жиры-8, Углеводы-6,4, Калорийность-104,32	
220	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина в/к 1 сорт туший, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-17,96, Жиры-15,84, Углеводы-46,46, Калорийность-400,24	
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	
21	Хлеб пшеничный	Белки-1,6, Углеводы-10,02, Калорийность-48,73	
33	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2,54, Углеводы-16,17, Калорийность-77,18	

Полдник

20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай б/с		
964	Итого за 2-я смена	Белки-28, Жиры-25, Углеводы-116, Калорийность-803	

Бухгалтер-калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный директор

Зинский Д.А.

Согласовано
Директор