

Школа 7-11 (1 смена)

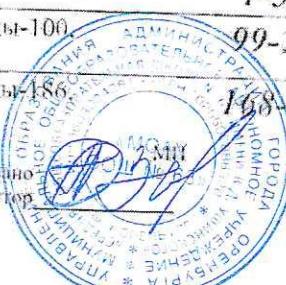
Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
55	Митболы фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйца куриные с/з, масло подсолнечное, соль подсолированная	Белки-5.91, Жиры-4.86, Углеводы-3.36, Калорийность-81.9	32-02
150/5	Картофель отварной картофель в/к, масло сливочное, соль подсолированная	Белки-3.23, Жиры-9.27, Углеводы-262.13 Калорийность-184.87	21-25
58	Печенье Овсяное	Белки-3.13, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-140.52	8-70
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
55	Хлеб пшеничный	Белки-4.18, Жиры-1, Углеводы-22.4, Калорийность-111.62	4-46
523	Итого за Завтрак	Белки-16, Жиры-19, Углеводы-86, Калорийность-579	68-98
<u>Обед</u>			
60	Салат из моркови "Покорейски" морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль подсолированная, чеснок, кислота лимонная	Белки-1, Жиры-3.05, Углеводы-4.69, Калорийность-49.25	6-60
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль подсолированная, кислота лимонная	Белки-1.47, Жиры-2.94, Углеводы-11.16, Калорийность-76.98	12-86
10	Сметана к 1 блюдам	Жиры-2, Калорийность-16	4-71
210	Плов из говядины крупа рисовая, мясо говядина в/к, йогурт (сулугуни), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль подсолированная	Белки-18.81, Жиры-14.89, Углеводы-61.79, Калорийность-376.41	62-06
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
20	Хлеб пшеничный	Белки-1.52, Углеводы-9.54, Калорийность-46.4	1-62
20	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-1.54, Углеводы-9.8, Калорийность-46.8	1-35
720	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-23, Углеводы-100, Калорийность-705	99-28
720	Итого за день	Белки-41, Жиры-42, Углеводы-186, Калорийность-1284	168-26

Бухгалтер-
кассир-
каликулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	Эп. цен. (кал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
70	Салат из моркови "Покорейски"	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, Калорийность-57	7-70
	морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная		
200	Борщ из свежей капусты с картофелем	Белки-1,47, Жиры-3, Углеводы-11,16, Калорийность-76,98	12-86
	спекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная		
10	Сметана к 1 блюдам	Жиры-2, Калорийность-16.	4-71
90	Мимболы с соусом томатным	Белки-12,15, Жиры-7,02, Углеводы-10,78, Калорийность-154,9	37-13
	фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйца-куриные в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок		
150/5	Картофель отварной	Белки-3,23, Жиры-9,27, Углеводы-22,13, Калорийность-184,87	21-25
	картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная		
200	Сок фруктовый	Углеводы-22,6, Калорийность-95,54	10-48
32	Хлеб пшеничный	Белки-2,43, Углеводы-16,26, Калорийность-78,18	2-58
32	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2,46, Углеводы-15,68, Калорийность-74,9	2-15
789	Итого за Обед	Белки-23, Жиры-25, Углеводы-105, Калорийность-739.	98-46
<u>Полдник</u>			
50	Булочка с повидлом и помадкой	Белки-7,22, Жиры-7,74, Углеводы-18,44, Калорийность-172,3	7-4,3
	хлеб пшеничный в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйца-куриные в/с, сахар-песок, соль йодированная, прохожки сухие		
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-22,6, Калорийность-93,6	23-76
200	Чай с сахаром	Углеводы-10,02 Калорийность-40,08	2-5,5
450	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-51, Калорийность-306	33-74
450	Итого за день	Белки-31, Жиры-33, Углеводы-156, Калорийность-1045	132-20

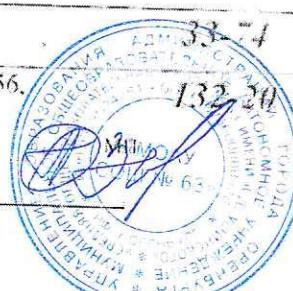
Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Зубченский Д.А.

Согласовано
Директор



Меню Школы 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (кал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоймость, интакия (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Митболы фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль подсолированная	Белки-10,74, Жиры-8,85, Углеводы-6,6, Калорийность-149,01	58-21
180/5	Картофель отварной картофель в/к, масло сливочное, соль подсолированная	Белки-3,85, Жиры-11,06, Углеводы-26,41, Калорийность-220,58	24-52
58	Печенье Овсяное	Белки-3,13, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
50	Хлеб пшеничный	Белки-3,8, Жиры-1, Углеводы-18,85, Калорийность-96	4-04
593	Итого за Завтрак	Белки-22, Жиры-25, Углеводы-90, Калорийность-666	98-02
<u>Обед</u>			
100	Салат из моркови "Пекорейски" морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль подсолированная, чеснок, кислота лимонная	Белки-1,27, Жиры-5,08, Углеводы-7,82, Калорийность-82,98	11-60
250	Борщ из свежей капусты с картофелем капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль подсолированная, кислота лимонная	Белки-1,84, Жиры-3,67, Углеводы-13,95, Калорийность-96,19	16-08
10	Сметана к 1 блюдам	Жиры-2, Калорийность-16	4-71
250	Плов из говядины крупа рисовая, мясо говядина в/к (горячая), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль подсолированная	Белки-22,41, Жиры-16,25, Углеводы-51,75, Калорийность-442,89	73-88
200	Сок фруктовый	Углеводы-22,6, Калорийность-93,84	10-08
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2,31, Углеводы-14,7, Калорийность-70,2	2-02
840	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-27, Углеводы-111, Калорийность-801	117-77
<u>Полдник</u>			
60	Булочка с повидлом и помадкой мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль подсолированная, боярышник сухой	Белки-8,66, Жиры-9, Углеводы-22,13, Калорийность-206,77	8-92
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	2,3-76
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
460	Итого за Полдник	Белки-9, Жиры-9, Углеводы-60, Калорийность-360	35-23
460	Итого за день	Белки-59, Жиры-61, Углеводы-261, Калорийность-1827	251-02

Бухгалтер-
калькулятор

Мильнина Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

Меню школы ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
55	Митболы фарш из говядины, батонифабрикат, хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйца куриные с/з, масло подсолнечное, соль юодированная	Белки-5,91, Жиры-4,86, Углеводы-3,63, Калорийность-81,9	
150/5	Картофель отварной картофель в/к, масло сливочное, соль юодированная	Белки-3,23, Жиры-9,27, Углеводы-22,13, Калорийность-184,87	
58	Печенье Овсяное	Белки-3,13, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-63	
55	Хлеб пшеничный	Белки-4,18, Жиры-1, Углеводы-22,24, Калорийность-111,62	
<u>Завтрак2</u>			
50	Пряник	Белки-2,5, Жиры-1,5, Углеводы-38, Калорийность-175,5	
200	Чай б/с		
773	Итого за 1-я смена	Белки-18, Жиры-20, Углеводы-124, Калорийность-754	78-30
<u>Обед</u>			
70	Салат из моркови "Покорейски" морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль юодированная, чеснок, кисломочная	Белки-1, Жиры-3,69, Углеводы-5,69, Калорийность-59,63	
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль юодированная, кисломочная	Белки-1,47, Жиры-3, Углеводы-11,16, Калорийность-77	
10	Сметана к 1 блюдам	Жиры-1,5, Калорийность-16	
90	Митболы с соусом томатным фарш из говядины, батонифабрикат, хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйца куриные с/з, масло подсолнечное, соль юодированная, макаронная мука пшеничная в/с, сахар-песок	Белки-12,15, Жиры-7,02, Углеводы-10,78, Калорийность-154,9	
150/5	Картофель отварной картофель в/к, масло сливочное, соль юодированная	Белки-3,23, Жиры-9,27, Углеводы-22,13, Калорийность-184,87	
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	
32	Хлеб пшеничный	Белки-2,43, Углеводы-16,26, Калорийность-78,18	
32	Хлеб рожано- пшеничный	Белки-2,46, Углеводы-15,68, Калорийность-74,9	
<u>Полдник</u>			
50	Пряник	Белки-2,5, Жиры-1,5, Углеводы-38, Калорийность-175,5	
200	Чай б/с		
1039	Итого за 2-я смена	Белки-26, Жиры-27, Углеводы-143, Калорийность-915	108-07

Бухгалтер-
калькулятор

Мальниева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор