

# 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>			
100	<b>Котлета домашняя</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сахар панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-8,96, Жиры-9,33, Углеводы-19,35, Калорийность-161,21	42-15
190	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5,18, Жиры-10,3, Углеводы-35,23, Калорийность-254,34	22-32
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-7,56, Калорийность-30,32	2-50
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-13,93, Калорийность-66,02	2-01
515	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-16, Жиры-20, Углеводы-67, Калорийность-512	68-98
<u>Обед</u>			
80	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленые, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1,39, Жиры-7,03, Углеводы-7,66, Калорийность-99,47	10-54
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4,78, Жиры-1,6, Углеводы-15,2, Калорийность-94,32	10-80
20	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-1,52, Углеводы-9,8, Калорийность-46,72	3-03
100	<b>Гуляш из свинины</b> <i>свинина в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-9,8, Жиры-9,34, Углеводы-3,54, Калорийность-137,42	58-38
160	<b>Макаронные отварные</b> <i>макаронные изделия (бесовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,72, Жиры-8,53, Углеводы-26,4, Калорийность-197,25	10-18
200	<b>Напиток из шиповника</b> <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-19,92, Калорийность-85	3-79
24	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-1,82, Углеводы-11,45, Калорийность-55,69	1-94
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-1,54, Углеводы-9,8, Калорийность-46,8	1-68
809	<b>Итого за Обед</b>	Белки-25, Жиры-27, Углеводы-104, Калорийность-763	100-34
809	<b>Итого за день</b>	Белки-42, Жиры-48, Углеводы-171, Калорийность-1 275	169-32

Муниципальный бухгалтер Виктор

*[Подпись]*

Мельникова Н.М.

Генеральный директор

*[Подпись]*

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)
<u>Обед</u>			
80	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1,39, Жиры-7,03, Углеводы-6,66, Калорийность-95,47	10-54
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масла сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4,78, Жиры-1,6, Углеводы-15,2, Калорийность-94,32	10-80
20	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-1,52, Углеводы-9,8, Калорийность-46,72	3-03
100	<b>Котлета домашняя</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сахар йодированный, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное С2, сахар-песок</i>	Белки-8,96, Жиры-9,33, Углеводы-10,35, Калорийность-161,21	42-15
200	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масла подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5,46, Жиры-9,85, Углеводы-35,04, Калорийность-250,65	23-50
200	<b>Напиток из шиповника</b> <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-0,88, Углеводы-19,92, Калорийность-85	3-79
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2,28, Углеводы-12,31, Калорийность-61,6	2-43
33	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2,54, Углеводы-13,17, Калорийность-65,18	2-22
863	<b>Итого за Обед</b>	Белки-28, Жиры-29, Углеводы-122, Калорийность-860	98-46
<u>Полдник</u>			
100	<b>Булочка школьная</b> <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-5,82, Жиры-3, Углеводы-42,63, Калорийность-219,9	7-65
200	<b>Варенец</b>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-101	31-17
300	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-12, Жиры-8, Углеводы-51, Калорийность-321	38-82
300	<b>Итого за день</b>	Белки-40, Жиры-37, Углеводы-173, Калорийность-1181	137-28
Бухгалтер-калькулятор	 Мальшова Н.М.	Генеральный директор	 Затонский Д.А.
		Согласовано	 Директор



# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
130	<b>Котлета домашняя</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сахар рафинированный, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-10,65, Жиры-12,12, Углеводы-12,45, Калорийность-201,48	54-80
200	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5,46, Жиры-9,85, Углеводы-36,04, Калорийность-254,65	23-50
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-50
80	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4,08, Жиры-1, Углеводы-37,16, Калорийность-173,6	6-46
610	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-20, Жиры-23, Углеводы-93, Калорийность-660	87-26
<b>Обед</b>			
100	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленые, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1,74, Жиры-10,04, Углеводы-10, Калорийность-135,6	13-17
250	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-118	13-50
15	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-1, Углеводы-7,35, Калорийность-35,04	2-27
110	<b>Гуляш из свинины</b> <i>свинина в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-10,79, Жиры-10,28, Углеводы-4, Калорийность-151,28	64-22
200	<b>Макароны отварные</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4,67, Жиры-6,07, Углеводы-29,6, Калорийность-191,71	12-72
200	<b>Напиток из шиповника</b> <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-19,92, Калорийность-85	3-79
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3,04, Углеводы-19,08, Калорийность-92,8	3-23
40	<b>Хлеб ржанно-пшеничный</b>	Белки-3,08, Углеводы-19,6, Калорийность-93,6	2-69
955	<b>Итого за Обед</b>	Белки-31, Жиры-30, Углеводы-128, Калорийность-903	115-59
<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-5,82, Жиры-3, Углеводы-42,63, Калорийность-219,9	7-65
50	<b>Пряник</b>	Белки-1,76, Жиры-5,66, Углеводы-9,8, Калорийность-97,18	6-30
200	<b>Варенец</b>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-101	31-17
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-14, Жиры-14, Углеводы-60, Калорийность-418	45-12
<b>Итого за день</b>		Белки-65, Жиры-66, Углеводы-282, Калорийность-1981	247-97

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Зайтонский Д.А.

Согласовано  
Директор



# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Котлета домашняя</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с/2, сахар-песок</i>	Белки-8,96, Жиры-9,33, Углеводы-10,35, Калорийность-161,21	
190	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5,18, Жиры-10,3, Углеводы-34,23, Калорийность-250,34	
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-7,2, Калорийность-28,88	
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-13,93, Калорийность-66,02	
<b>Завтрак2</b>			
20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-1,7, Жиры-1, Углеводы-13, Калорийность-76	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
<b>735</b>	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-18, Жиры-21, Углеводы-97, Калорийность-648	<b>78-30</b>
<b>Обед</b>			
80	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленые, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1,39, Жиры-7,03, Углеводы-6,66, Калорийность-95,47	
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4,78, Жиры-1,6, Углеводы-15,2, Калорийность-94,32	
20	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-1,52, Углеводы-9,8, Калорийность-46,72	
100	<b>Котлета домашняя</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с/2, сахар-песок</i>	Белки-8,96, Жиры-9,33, Углеводы-10,35, Калорийность-161,21	
200	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5,46, Жиры-9,85, Углеводы-35,04, Калорийность-250,65	
200	<b>Напиток из шиповника</b> <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-19,92, Калорийность-85	
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2,28, Углеводы-12,31, Калорийность-61,6	
33	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2,54, Углеводы-13,17, Калорийность-65,18	
<b>Полдник</b>			
20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-1,7, Жиры-1, Углеводы-14,8, Калорийность-76	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
<b>1 083</b>	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-30, Жиры-30, Углеводы-152, Калорийность-996	<b>108-07</b>

Бухгалтер

Мальшова Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласован  
Директор