

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	оп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон парезной</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-8,02 Калорийность-39,8	9-03
200/5	Каша молочная пшениная с маслом <i>молоко 2,5%, крупа пшени, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8,73, Жиры-11,29 Углеводы-20,57, Калорийность-248,81	18-14
200	Яблоко	Белки-0,8, Углеводы-22,6, Калорийность-93,6	23-76
200	Кофейный напиток с молоком <i>молоко 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток</i>	Белки-2, Жиры-2,5, Углеводы-14,53, Калорийность-88,62	14-23
47	Хлеб пшеничный	Белки-3,57, Жиры-0,56, Углеводы-21,42 Калорийность-105	3-82
712	Итого за Завтрак	Белки-16, Жиры-15, Углеводы-87, Калорийность-546	68-98
Обед			
70	Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель б/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5,93, Жиры-5,88, Углеводы-3,42, Калорийность-90,32	19-17
200	Борщ из свежей капусты с картофелем <i>свиная б/к, капуста б/к, картофель б/к, лук б/к, морковь б/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1,47, Жиры-2,94, Углеводы-11,16, Калорийность-76,98	12-86
100	Котлета из куриного филе с морковью с соусом томатным <i>филе куриный, морковь б/к, лук б/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, масло сливочное, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, муки пшеничная б/к, сахар-песок</i>	Белки-7,91, Жиры-7,89, Углеводы-8,96, Калорийность-138,49	40-20
180	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь б/к, горошек желтый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5,13, Жиры-10,7, Углеводы-33,05, Калорийность-249,02	21-83
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29,24, Калорийность-119,88	6-39
40	Хлеб пшеничный	Белки-3,04, Углеводы-19,08, Калорийность-92,71	3-23
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2,31, Углеводы-14,7, Калорийность-70,2	2-02
820	Итого за Обед	Белки-26, Жиры-28, Углеводы-121, Калорийность-838	105-76
820	Итого за день	Белки-42, Жиры-43, Углеводы-197, Калорийность-1383	171-68

Бухгалтер-калькулятор

[Подпись]

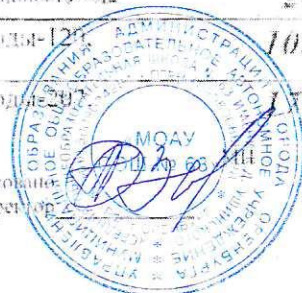
Мальшова И.М.

Генеральный директор

[Подпись]

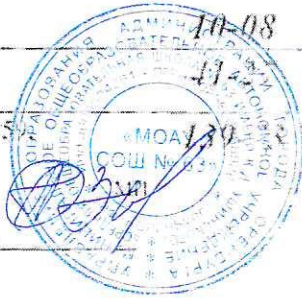
Затонский Д.А.

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)
Обед			
60	Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5,09 Жиры-5,9, Углеводы-3,74, Калорийность-88,62	16-43
200	Борщ из свежей капусты с картофелем <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1,47, Жиры-2,04, Углеводы-11,16, Калорийность-76,98	12-86
100	Котлета из куриного филе с морковью с соусом томатным <i>филе куриное, морковь в/к, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, масло сливочное, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-7,91, Жиры-7,89, Углеводы-8,96, Калорийность-138,49	40-20
160	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4,57, Жиры-9,51, Углеводы-29,38, Калорийность-221,39	19-40
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29,24, Калорийность-119,88	6-39
21	Хлеб пшеничный	Белки-1,6 Углеводы-10,02, Калорийность-48,73	1-70
22	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1,69 Углеводы-10,78, Калорийность-51,5	1-48
763	Итого за Обед	Белки-23, Жиры-27, Углеводы-103, Калорийность-746	98-46
Полдник			
50	Булочка с повидлом и помадкой <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие</i>	Белки-7,22, Жиры-7,74, Углеводы-18,44, Калорийность-172,3	7-43
200	Яблоко	Белки-1,06, Углеводы-14,88, Калорийность-94	23-76
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
450	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-56, Калорийность-330	41-27
450	Итого за день	Белки-31, Жиры-35, Углеводы-159, Калорийность-1075	139-73



Бухгалтер-калькулятор

[Signature]

Малышева Н.М.

Генеральный директор

[Signature]


Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Свойства питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
60	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-8,92, Калорийность-39,8	9-03
250/5	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2,5%, крупа пшенич, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10,66, Жиры-14,11, Углеводы-25,71, Калорийность-272,47	21-47
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-22,6, Калорийность-93,6	23-76
200	Кофейный напиток с молоком <i>молоко 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-14,53, Калорийность-88,62	14-23
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-18,85, Калорийность-96	4-04
765	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-18, Углеводы-90, Калорийность-590	72-53
<u>Обед</u>			
100	Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель б/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-7,27, Жиры-7,46, Углеводы-5,42, Калорийность-117,9	27-39
250	Борщ из свежей капусты с картофелем <i>свекла б/к, капуста б/к, картофель б/к, лук б/к, морковь б/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1,84, Жиры-3,67, Углеводы-13,95, Калорийность-96,19	16-08
100	Комлета из куриного филе с морковью с соусом томатным <i>филе куриный, морковь б/к, лук б/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, масло сливочное, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-7,91, Жиры-8,42, Углеводы-9,57, Калорийность-145,7	40-20
200	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь б/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5,71, Жиры-11,89, Углеводы-36,73, Калорийность-276,77	24-25
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
25	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58,02	2-02
25	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-12,25, Калорийность-58,52	1-68
900	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-32, Углеводы-119, Калорийность-873	118-01
<u>Полдник</u>			
60	Булочка с повидлом и помадкой <i>масса пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие</i>	Белки-8,69, Жиры-9,29, Углеводы-23,13, Калорийность-206,77	8-92
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
460	Итого за Полдник	Белки-10, Жиры-10, Углеводы-67, Калорийность-394	43-06
460	Итого за день	Белки-55, Жиры-59, Углеводы-270, Калорийность-1857	233-30

Бухгалтер-
калькулятор



Мальшова 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), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------

Завтрак

60	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-78	
200/5	Каша молочная пшениная с маслом <i>молоко 2,5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-247	
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
200	Кофейный напиток с молоком <i>молоко 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-94	
47	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22, Калорийность-100	
Завтрак2			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
962	Итого за 1-я смена	Белки-17, Жиры-12, Углеводы-157, Калорийность-788	78-30

Обед

60	Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом <i>яйца куриные с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-115	
200	Борщ из свежей капусты с картофелем <i>картофель в/к, капуста белокочанная, морковь в/к, лук в/к, свекла в/к, помидоры в/к, чеснок в/к, сельдерей в/к, петрушка в/к, укроп в/к, майонез в/к, сметана в/к, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-77	
100	Котлета из куриного филе с морковью с соусом томатным <i>филе куриный, морковь в/к, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, масло сливочное, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-135	
160	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-31, Калорийность-349	
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	
21	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	
22	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-53	
Полдник			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
1 013	Итого за 2-я смена	Белки-24, Жиры-33, Углеводы-142, Калорийность-969	

Бухгалтер-калькулятор

[Подпись]

Мальшова Н.М.

Генеральный директор

[Подпись]

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

