

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

100	Комплекта рыбная из горбуши "Школьная" с соусом томатным <i>рыба горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2,5%, яйца куриные с2, лук в/к, соус томатный, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10,54, Жиры-10,64, Углеводы-13,72, Калорийность-192,8	38-38
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,23, Жиры-8,27, Углеводы-26,13, Калорийность-191,87	21-25
20	Сушки	Белки-1,76, Углеводы-11,2, Калорийность-54,72	2-83
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-7,56, Калорийность-30,32	2-50
50	Хлеб пшеничный	Белки-4,03, Жиры-0,64, Углеводы-25,28, Калорийность-123	4-02
525	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-20, Углеводы-84, Калорийность-593	68-98

Обед

60	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-0,76, Жиры-3,05, Углеводы-4,69, Калорийность-49,25	6-60
200	Суп гороховый <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
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1,14, Углеводы-7,35, Калорийность-35,04	2-27
90	Азу по-татарски <i>мяс о гольяна б/с 1 сорт (гуляш), лук в/к, томат-паста, огурцы соленые, крупа пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i>	Белки-10,27, Жиры-11,52, Углеводы-6,9, Калорийность-172,36	58-05
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6,03, Жиры-5,79, Углеводы-33,42, Калорийность-209,91	11-79
200	Сок фруктовый	Углеводы-22,6, Калорийность-93,54	10-08
20	Хлеб ржано - пшеничный	Белки-1,54, Углеводы-9,8, Калорийность-16,8	1-35
745	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-23, Углеводы-100, Калорийность-701	100-94
745	Итого за день	Белки-45, Жиры-43, Углеводы-184, Калорийность-1294	169-92

Бухгалтер-калькулятор

Маслышева Н.М.

Генеральный директор

Зайтовский 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, питание (руб)
<u>Обед</u>			
80	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1,02, Жиры-4,06, Углеводы-6,26, Калорийность-65,66	8-80
200	Суп гороховый <i>картофель ч/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
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1,14, Углеводы-7,35, Калорийность-35,04	2-27
100	Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом томатным <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2,5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-10,54, Жиры-10,74, Углеводы-13,72, Калорийность-192,8	43-56
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,23, Жиры-8,27, Углеводы-26,13, Калорийность-191,87	21-25
200	Сок фруктовый	Углеводы-22,6, Калорийность-93,54	10-08
25	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1,93, Углеводы-12,25, Калорийность-58,52	1-70
775	Итого за Обед	Белки-23, Жиры-25, Углеводы-104, Калорийность-732	98-46
<u>Полдник</u>			
100	Кеке "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
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-31, Жиры-34, Углеводы-155, Калорийность-1 052	122-07

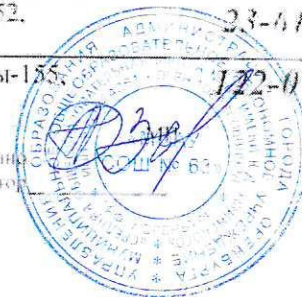
Бухгалтер-калькулятор

Мещенцова Н.М.

Генеральный директор

Зайончий 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)
Завтрак			
120	Комлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом томатным <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2,5%, яйцо куриное с2, лук в/к, соусы томатные, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-11,47, Жиры-11,72, Углеводы-15,13, Калорийность-211,88	50-19
180/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,87, Жиры-9,27, Углеводы-31,35, Калорийность-224,31	24-52
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-9,88, Калорийность-48,24	2-83
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-39,52	2-50
60	Хлеб пшеничный	Белки-4,56, Жиры-1, Углеводы-28,63, Калорийность-139,2	4-85
585	Итого за Завтрак	Белки-21, Жиры-22, Углеводы-93, Калорийность-654	84-89
Обед			
100	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, киндза пшеничная</i>	Белки-1,27, Жиры-5,08, Углеводы-7,82, Калорийность-82,08	11-00
250	Суп гороховый <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	Гренки из пш. хлеба	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	2-27
100	Азу по-татарски <i>фарш говядина б/к 1сорт (гуляш), лук в/к, томат-паста, огурцы соленые, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i>	Белки-11,33, Жиры-12,8, Углеводы-7,66, Калорийность-191,16	64-50
180	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5,79, Жиры-6,82, Углеводы-3,36, Калорийность-232,24	13-26
180	Сок фруктовый	Углеводы-20,34, Калорийность-84,15	9-07
30	Хлеб пшеничный	Белки-2,28, Углеводы-14,31, Калорийность-69,6	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2,31, Углеводы-14,7, Калорийность-70,2	2-02
885	Итого за Обед	Белки-30, Жиры-27, Углеводы-129, Калорийность-882	118-04
Полдник			
100	Кекс "Столичный" с изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное с2, ваниль, сахарная пудра, соль йодированная, сода пищевая</i>	Белки-7,86, Жиры-9,15, Углеводы-51,5, Калорийность-379,70	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	30-55
351	Итого за день	Белки-63, Жиры-63, Углеводы-194, Калорийность-1948	233-28

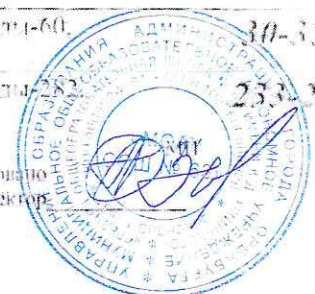
Исполнитель
калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный директор

Зибонский Д.А.

Сотрудник
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	Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом томатным <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сахар пшеничный, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-101	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, абрикос, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	

Завтрак2

20	Печенье "Мария"	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

745	Итого за 1-я смена	Белки-14, Жиры-11, Углеводы-115, Калорийность-598	78-30
-----	---------------------------	---	-------

Обед

80	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-66	
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-94	
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	
100	Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом томатным <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сахар пшеничный, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-108	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	
25	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-60	

Полдник

20	Печенье "Мария"	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

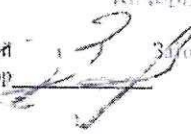
995	Итого за 2-я смена	Белки-17, Жиры-16, Углеводы-154, Калорийность-749	
-----	---------------------------	---	--

Бухгалтер-владельца



Мальничева И.М.

Генеральный директор



Заронский Д.А.

Согласовано
Директор

