АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

17.04.2025 2чт

Меню СОШ (7-11, 1 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак		
90	**Шницель домашний с соусом томатным** *фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, томат-паста, сухари панировочные, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, яйцо куриное с2*	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-18, Калорийность-159	33-38
160	**Картофельное пюре** *картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное , соль йодированная*	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-28, Калорийность-193	32-68
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай черный лист*	Углеводы-15, Калорийность-60	2-24
58,53	**Хлеб пшеничный**	Белки-4, Углеводы-22, Калорийность-139	5-21
508,53	**Итого за Завтрак**	Белки-16, Жиры-17, Углеводы-83, Калорийность-551	73-51
	Обед		
60	**Винегрет овощной** *картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная*	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-78	11-14
200	**Рассольник ленинградский** *картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная*	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-127	17-49
110	**Наггетсы куриные с соусом** *филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок*	Белки-12, Жиры-8, Углеводы-11, Калорийность-181	65-99
150	**Каша ячневая рассыпчатая с маслом** *крупа ячневая, масло сливочное , соль йодированная*	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-234	9-08
180	**Компот из сушеных фруктов** *смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная*	Углеводы-25, Калорийность-102	5-36
35	**Хлеб пшеничный**	Белки-2, Углеводы-17, Калорийность-82	3-12
35,13	**Хлеб ржано- пшеничный**	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-63	2-60
770,13	**Итого за Обед**	Белки-28, Жиры-24, Углеводы-120, Калорийность-827	114-78
770,13	**Итого за день**	Белки-44, Жиры-40, Углеводы-203, Калорийность-1 377	188-29

Бухгалтер-калькулятор _____ Головина М.И.

Генеральный директор _____ Д.А. Затонский

Согласовано Директор _____ МП

МОАУ "СОШ 63"

АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

17.04.2025 2чт

Меню СОШ (7-11, 2 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Обед		
60	**Винегрет овощной** *картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная*	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-81	11-14
200	**Рассольник ленинградский** *картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная*	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-100	17-49
90	**Шницель домашний с соусом** *фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, томат-паста, сухари панировочные, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, яйцо куриное с2*	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-18, Калорийность-159	33-38
160	**Картофельное пюре** *картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное , соль йодированная*	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-28, Калорийность-193	32-68
180	**Компот из сушеных фруктов** *смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная*	Углеводы-25, Калорийность-102	5-36
27,14	**Хлеб пшеничный**	Белки-3, Углеводы-11, Калорийность-64	2-43
35,13	**Хлеб ржано- пшеничный**	Белки-3, Углеводы-12, Калорийность-63	2-60
752,27	**Итого за Обед**	Белки-24, Жиры-26, Углеводы-117, Калорийность-762	105-08
	Полдник		
50	**Рогалик со сгущенным молоком** *мука пшеничная в/с, молоко сгущенное варёное, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная*	Белки-4, Жиры-5, Углеводы- 30, Калорийность-175	9-89
180	**Варенец**	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-7, Калорийность-90	30-49
100	**Фруктовая нарезка (яблоко)**	Углеводы-11, Калорийность-47	15-84
330	**Итого за Полдник**	Белки-10, Жиры-8, Углеводы-49, Калорийность-312	56-22
330	**Итого за день**	Белки-34, Жиры-34, Углеводы-166, Калорийность-1074	161-30

Бухгалтер-калькулятор Головина М.И.

Генеральный директор Л.А. Затонский

Согласовано Директор МН

МОАУ "СОШ 63"

АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

17.04.2025 2чт

Меню СОШ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак		
100	**Шницель домашний с соусом**	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207	49-67
	фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное , мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок		
200	**Картофельное пюре**	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-29, Калорийность-160	40-85
	картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное , соль йодированная		
200	**Яблоко**	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	31-68
200	**Чай с сахаром**	Углеводы-15, Калорийность-60	2-24
	сахар-песок, чай черный лист		
33,93	**Хлеб пшеничный**	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-80	3-03
733,93	**Итого за Завтрак**	Белки-17, Жиры-17, Углеводы-95, Калорийность-600	127-47
	Обед		
100	**Винегрет овощной**	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136	18-57
	картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная		
250	**Рассольник ленинградский**	Белки-3, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-125	21-86
	картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная		
110	**Наггетсы куриные с соусом**	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-181	65-99
	филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок		
180	**Каша ячневая рассыпчатая с маслом**	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-218	10-89
	крупа ячневая, масло сливочное , соль йодированная		
180	**Компот из сушеных фруктов**	Углеводы-25, Калорийность-102	5-36
	смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная		
35	**Хлеб пшеничный**	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-82	3-12
35,13	**Хлеб ржано- пшеничный**	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-63	2-60
890,13	**Итого за Обед**	Белки-28, Жиры-29, Углеводы-136, Калорийность-907	128-39
	Полдник		
75	**Рогалик со сгущенным молоком**	Белки-6, Жиры-6, Калорийность-262	14-84
	мука пшеничная в/с, молоко сгущенное варёное, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная		
180	**Варенец**	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-7, Калорийность-90	30-49
100	**Фруктовая нарезка (яблоко)**	Углеводы-11, Калорийность-47	15-84
355	**Итого за Полдник**	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-19, Калорийность-399	61-17
355	**Итого за день**	Белки-57, Жиры-55, Углеводы-249, Калорийность-1 906	317-03

Бухгалтер-калькулятор Головина М.И.

Генеральный директор Д.А. Затонский

Согласовано Директор МП

АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

17.04.2025 2чт

Меню СОШ ОВЗ (7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак		
90	**Шницель домашний с соусом**	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-18, Калорийность-159	
	фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, томат-паста, сухари панировочные, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, яйцо куриное с2		
175	**Картофельное пюре с р/маслом**	Белки-5, Жиры-9, Углеводы-31, Калорийность-211	
	картофель в/к, молоко 2.5%, масло подсолнечное, соль йодированная		
195	**Чай с сахаром**	Углеводы-15, Калорийность-59	
	сахар-песок, чай черный лист		
46,4	**Хлеб пшеничный**	Белки-4, Углеводы-18, Калорийность-110	
	Завтрак2		
12	**Сушки**	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41	
193	**Напиток из шиповника**	Белки-1, Углеводы-22, Калорийность-94	
	сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"		
711,4	**Итого за 1-я смена**	Белки-18, Жиры-18, Углеводы-111, Калорийность-673	81-82
	Обед		
60	**Винегрет овощной**	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-81	
	картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная		
200	**Рассольник ленинградский**	Белки-25 Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-100	
	картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная		
90	**Шницель домашний с соусом**	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-18, Калорийность-159	
	фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, томат-паста, сухари панировочные, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, яйцо куриное с2		
150	**Картофельное пюре**	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-23, Калорийность-181	
	картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное , соль йодированная		
200	**Компот из сушеных фруктов**	Углеводы-28, Калорийность-113	
	смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная		
32,41	**Хлеб пшеничный**	Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-76	
35,13	**Хлеб ржано- пшеничный**	Белки-3, Углеводы-12, Калорийность-63	
	Полдник		
12	**Сушки**	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41	
193	**Напиток из шиповника**	Белки-1, Углеводы-22, Калорийность-94	
	сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"		
972,54	**Итого за 2-я смена**	Белки-26, Жиры-26, Углеводы-148, Калорийность-908	113-39

Бухгалтер-калькулятор _____ Головина М.И.

Генеральный директор _____ Д.А. Затонский

Согласовано Директор _____ МБОУ "СОШ 63"

АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

17.04.2025 2нт

Меню СОШ ОВЗ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак		
100	**Шницель домашний с соусом**	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-9, Калорийность-134	
	фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, яйцо куриное с2, сахар-песок		
180	**Картофельное пюре**	Белки-3, Жиры-5, Калорийность-148	
	картофель в/к, молоко 2.5%, масло подсолнечное, соль йодированная		
180	**Яблоко**	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-84	
200	**Чай с сахаром**	Углеводы-15, Калорийность-60	
	сахар-песок, чай черный лист		
30,66	**Хлеб ржано- пшеничный**	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-56	
	Завтрак2		
8	**Сушки**	Белки-1, Углеводы-6, Калорийность-27	
200	**Напиток из шиповника**	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-97	
	сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"		
898,66	**Итого за 1-я смена**	Белки-14, Жиры-14, Углеводы-83, Калорийность-606	81-82
	Обед		
110	**Винегрет овощной**	Белки-2, Жиры-11, Углеводы-11, Калорийность-149	
	картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная		
250	**Рассольник ленинградский**	Белки-3, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-125	
	картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная		
120	**Шницель домашний с соусом**	Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-160	
	фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, яйцо куриное с2, сахар-песок		
220	**Картофельное пюре**	Белки-4, Жиры-6, Калорийность-181	
	картофель в/к, молоко 2.5%, масло подсолнечное, соль йодированная		
200	**Компот из сушеных фруктов**	Углеводы-28, Калорийность-113	
	смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная		
47,3	**Хлеб пшеничный**	Белки-4, Углеводы-23, Калорийность-111	
50	**Хлеб ржано- пшеничный**	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-91	
	Полдник		
8	**Сушки**	Белки-1, Углеводы-6, Калорийность-27	
200	**Напиток из шиповника**	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-97	
	сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"		
1 205,3	**Итого за 2-я смена**	Белки-25, Жиры-35, Углеводы-133, Калорийность-1 054	113-39

Бухгалтер-калькулятор _____ Головина М.И.

Генеральный директор _____ Д.А. Затонский

Согласовано Директор _____

МОАУ "СОШ 63"