

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 <i>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</i>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-18, Калорийность-159	33-38
160	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-28, Калорийность-193	32-68
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	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 <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленые, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-78	11-14
200	Рассольник ленинградский <i>картофель в/к, огурцы соленые, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-127	17-49
110	Наггетсы куриные с соусом <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-8, Углеводы-11, Калорийность-181	65-99
150	Каша ячневая рассыпчатая с маслом <i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-234	9-08
180	Компот из сушеных фруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	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-1377	188-29

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ (7-11, 2 см)

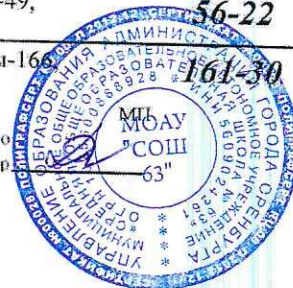
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
60	Винегрет овощной картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-81	11-14
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

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	ЭН. ПОП. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	--	----------------------

Завтрак

100	Шницель домашний с соусом <i>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</i>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207	49-67
200	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-29, Калорийность-160	40-85
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	31-68
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-24
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 <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136	18-57
250	Рассольник ленинградский <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-125	21-86
110	Наггетсы куриные с соусом <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-181	65-99
180	Каша ячневая рассыпчатая с маслом <i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-218	10-89
180	Компот из сушеных фруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-25, Калорийность-102	5-36
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 <i>мука пшеничная в/с, молоко сгущенное варёное, яйца куриные с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Калорийность-262	14-84
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-1906	317-03

Бухгалтер-калькулятор

Головина М.И.

Генеральный директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

15.05.2025 2чм

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

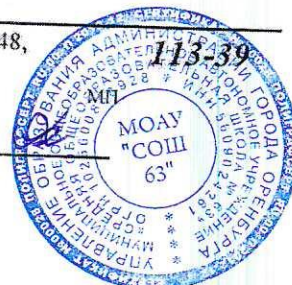
Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор



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 **Вичегрет 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

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

