

"Комбинат Школьного Питания "ОГОНЕК"
№2**Школа 7-11 (1 смена)**

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

Завтрак

10/20	Бутерброд с сыром <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-3,91, Жиры-5,53, Углеводы-10,21, Калорийность-88,25	11-05
200/5	Каша молочная рисовая <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9,33, Жиры-11,82, Углеводы-27,6, Калорийность-254,1	22-60
200	Яблоко	Белки-0,8, Углеводы-22,6, Калорийность-93,6	21-24
180	Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</i>	Жиры-0,27, Жиры-1,53, Углеводы-12,19, Калорийность-63,61	8-78
26	Хлеб пшеничный	Белки-1,98, Жиры-0,31, Углеводы-12,4, Калорийность-60,31	2-13
641	Итого за Завтрак	Белки-16, Жиры-17, Углеводы-85, Калорийность-560	65-80

Обед

70	Огурцы соленые	Белки-1,96, Углеводы-0,91, Калорийность-11,48	12-18
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1,68, Жиры-8, Углеводы-6,4, Калорийность-104,32	5-10
210	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-19,68, Жиры-16,8, Углеводы-42,45, Калорийность-399,42	62-64
200	Сок фруктовый	Белки-0,2, Жиры-0,26, Углеводы-22,6, Калорийность-93,54	10-08
30	Хлеб пшеничный	Белки-2,28, Жиры-0,36, Углеводы-14,31, Калорийность-69,6	1-62
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1,54, Жиры-0,16, Углеводы-9,8, Калорийность-46,8	1-35
730	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-26, Углеводы-96, Калорийность-725	92-97
	Итого за день	Белки-44, Жиры-43, Углеводы-181, Калорийность-1285	158-77

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
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-8,54, Жиры-13,76, Углеводы-5,72, Калорийность-180,88	40-16
170	Макаронны отварные <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,51, Жиры-3,93, Углеводы-10,51, Калорийность-91,45	9-78
50	Пряник	Белки-2,5, Жиры-1,5, Углеводы-38, Калорийность-175,5	6-30
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Белки-0,05, Жиры-0,01, Углеводы-10,15, Калорийность-40,89	3-64
57	Хлеб пшеничный	Белки-4,33, Жиры-0,68, Углеводы-22,19, Калорийность-112,2	5-92
582	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-20, Углеводы-87, Калорийность-601	65-80
Обед			
70	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1,15, Жиры-7, Углеводы-7,17, Калорийность-96,28	6-59
200	Рассольник ленинградский <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2,1, Жиры-3,19, Углеводы-13,36, Калорийность-90,55	13-24
110	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12,71, Жиры-10,25, Углеводы-7,05, Калорийность-171,29	37-72
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6,04, Жиры-5,79, Углеводы-33,42, Калорийность-209,95	10-61
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Белки-0,27, Жиры-0,06, Углеводы-15, Калорийность-61,62	16-71
25	Хлеб пшеничный	Белки-1,9, Жиры-0,3, Углеводы-11,93, Калорийность-58,02	1-62
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1,54, Жиры-0,16, Углеводы-9,8, Калорийность-46,8	1-35
785	Итого за Обед	Белки-26, Жиры-27, Углеводы-98, Калорийность-735	87-84
	Итого за день	Белки-45, Жиры-47, Углеводы-184, Калорийность-1335	153-64

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Акционерное общество
"Комбинат школьного питания"
№2**Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
55	Митболы <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-8,24, Жиры-5,43, Углеводы-4,41 Калорийность-99,47	31-44
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,23, Жиры-9,27, Углеводы-26,13, Калорийность-200,87	19-83
58	Печенье Овсяное	Белки-3,13, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-140,52	8-70
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-60
40	Хлеб пшеничный	Белки-3,04, Жиры-0,48, Углеводы-17,08, Калорийность-84,8	3-23
508	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-19, Углеводы-86, Калорийность-586	65-80
Обед			
80	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1,02, Жиры-4,06, Углеводы-6,26, Калорийность-65,66	6-34
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-2,94, Углеводы-11,16, Калорийность-76,98	12-18
10	Сметана к 1 блюдам	Белки-0,26, Жиры-1,5, Углеводы-0,36, Калорийность-15,98	4-53
200	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-22, Жиры-15, Углеводы-39, Калорийность-379	58-82
180	Сок фруктовый	Белки-0,18, Жиры-0,23, Углеводы-20,34, Калорийность-84,15	10-08
20	Хлеб пшеничный	Белки-1,52, Жиры-0,24, Углеводы-9,54, Калорийность-46,8	1-62
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1,54, Жиры-0,16, Углеводы-9,8, Калорийность-46,8	1-35
710	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-24, Углеводы-96, Калорийность-715	90-39
	Итого за день	Белки-46, Жиры-43, Углеводы-182, Калорийность-1301	156-19

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Звонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
210	Омлет натуральный яйцо куриное с2, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная	Белки-11,81, Жиры-15,62, Углеводы-3,94, Калорийность-203,58	48-43
50	Пряник	Белки-2,5, Жиры-1,5, Углеводы-38, Калорийность-175,5	6-30
200	Чай с молоком молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист	Белки-1,45, Жиры-1,25, Углеводы-12,4, Калорийность-66,65	6-89
52	Хлеб пшеничный	Белки-3,95, Жиры- 0,62, Углеводы-24,8, Калорийность-120,58	4-18
512	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-19, Углеводы-79, Калорийность-566	65-80
Обед			
70	Винегрет овощной картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-1,22, Жиры-7,03, Углеводы-6,7, Калорийность-94,95	7-61
200	Суп гороховый картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная	Белки-4,78, Жиры-1,6, Углеводы-15,2, Калорийность-94,32	10-27
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1,14, Жиры-0,12 Углеводы-7,35, Калорийность-35,04	2-27
100	Котлета домашняя 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	Белки-8,96, Жиры-9,33, Углеводы-10,35, Калорийность-161,21	40-91
160	Рис "Светофор" с морковью и кукурузой морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-5,02, Жиры-9,19, Углеводы-33,36, Калорийность-236,23	17-41
200	Отвар шиповника с сахаром шиповник, сахар-песок	Белки-0,88, Жиры-0,2, Углеводы-31,92, Калорийность-133	10-50
36	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2,77, Жиры-0,29, Углеводы-17,64, Калорийность-84,25	1-35
781	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-28, Углеводы-123, Калорийность-839	90-32
	Итого за день	Белки-44, Жиры-47, Углеводы-202, Калорийность-1405	156-12

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Муниципальное предприятие

"Комбинат Школьного Питания" ФСК

№2

ИНН 5011077285

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	Котлета рыбная с соусом сливочно-томатным <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-11,74, Жиры-11,28, Углеводы-8,13, Калорийность-181	37-89
150	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,26, Жиры-5,62, Углеводы-26,04, Калорийность- 167,78	20-62
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Белки-0,05, Жиры-0,01, Углеводы-10,15, Калорийность- 40,89	3-64
45	Хлеб пшеничный	Белки-3,42, Жиры-0,54, Углеводы-21,47, Калорийность- 104,42	3-65
500	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-17, Углеводы-66, Калорийность-494	65-80
Обед			
60	Салат "Солнышко" <i>яйцо куриное с2, кукуруза консервированная, масло подсолнечное</i>	Белки-5,65, Жиры-7,03, Углеводы-2,16, Калорийность- 94,51	19-24
200	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2,03, Жиры-4,26, Углеводы-12,1, Калорийность- 94,89	6-84
100	Фрикадельки из говядины в соусе <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное с2, соль йодированная</i>	Белки-8,48, Жиры-10,79, Углеводы-12,1, Калорийность- 180,03	36-42
150	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10,28, Жиры-4,38, Углеводы-39,8, Калорийность- 239,74	8-79
180	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-0,13, Углеводы-17,06, Калорийность-68,76	8-21
20	Хлеб пшеничный	Белки-1,52, Жиры-0,24, Углеводы-9,54, Калорийность- 46,4	1-62
20	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-1,54, Жиры-0,16, Углеводы-9,8, Калорийность- 46,8	1-35
730	Итого за Обед	Белки-30, Жиры-27, Углеводы-103, Калорийность-771	82-47
	Итого за день	Белки-48, Жиры-44, Углеводы-169, Калорийность-1265	148-27

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
80	Салат из белокочанной капусты с маслом <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1,44, Жиры-4, Углеводы-5,92, Калорийность-65,44	8-11
175	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-15,25, Жиры-11,38, Углеводы-34,13 Калорийность-299,94	51-47
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-60
45	Хлеб пшеничный	Белки-3,42, Жиры-0,54, Углеводы-21,47, Калорийность-104,42	3-62
500	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-16, Углеводы-77, Калорийность-530	65-80
Обед			
60	Салат "Степной" <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1,42, Жиры-5,12, Углеводы-7,87, Калорийность-83,24	10-21
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1,68, Жиры-8, Углеводы-6,4, Калорийность-104,32	5-10
90	Биточек припущенный из птицы <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-10,79, Жиры-2,04, Углеводы-8,82, Калорийность-96,8	49-26
150	Перловка с овощами <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4,91, Жиры-9,49, Углеводы-31,71, Калорийность-231,898	6-04
200	Сок фруктовый	Белки-0,2, Жиры-0,26 Углеводы-22,6, Калорийность-93,54	10-08
20	Хлеб пшеничный	Белки-1,52, Жиры- 0,24, Углеводы- 9,54, Калорийность-46,4	1-62
20	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-1,54, Жиры-0,16 Углеводы- 9,8, Калорийность-46,8	1-35
740	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-25, Углеводы-97, Калорийность-703	83-66
	Итого за день	Белки-42, Жиры-41, Углеводы-173, Калорийность-1233	149-46

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Акционерное общество
"Комбинат Школьного Питания "ОГОНЕК"
ИНН 50/0177285

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-0,58, Жиры-0,6, Углеводы-8,02, Калорийность-39,8	8-93
200/5	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8,73, Жиры-11,29, Углеводы-20,57, Калорийность-218	17-75
200	Яблоко	Белки-0,8, Углеводы-22,6, Калорийность-93,6	21-24
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	14-30
44	Хлеб пшеничный	Белки-3,34, Жиры-0,53, Углеводы-20,99, Калорийность-102,09	3-58
709	Итого за Завтрак	Белки-15, Жиры-15, Углеводы-87, Калорийность-543	65-80
Обед			
70	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-3,79, Калорийность-88,62	17-50
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-2,94, Углеводы-11,16, Калорийность-76,98	12-18
95	Котлета куриная с морковью с соусом томатным <i>фари 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-7,91, Жиры-7,89, Углеводы-8,96, Калорийность-138,49	44-02
150	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4,28, Жиры-10,42, Углеводы-29,05, Калорийность-227,1	18-02
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Белки-0,46, Жиры-0,12, Углеводы-29,24, Калорийность-119,88	6-54
21	Хлеб пшеничный	Белки-1,6, Жиры-0,25, Углеводы-10,02, Калорийность-48,73	1-62
21	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1,62, Жиры-0,17, Углеводы-10,29, Калорийность-49,17	1-35
757	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-28, Углеводы-103, Калорийность-749	101-23
	Итого за день	Белки-38, Жиры-43, Углеводы-189, Калорийность-1292	167-03

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
80	Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом томатным <small>филе горбуши на коже, 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, муки пшеничная в/с, сахар-песок</small>	Белки-8,34, Жиры-8,51, Углеводы-10,98, Калорийность-153,87	37-60
150/5	Картофель отварной <small>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-3,23, Жиры-9,27, Углеводы-26,13 Калорийность-200,87	19-83
12	Сушки	Белки-1,32, Жиры-0,24, Углеводы-8,4, Калорийность-41,04	1-66
200	Чай фруктовый <small>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</small>	Белки-0,02, Углеводы-7,56, Жиры-0,24, Калорийность-30,32	2-42
53	Хлеб пшеничный	Белки-4,03, Жиры-0,64, Углеводы-25,28, Калорийность-123	4-29
500	Итого за Завтрак	Белки-17, Жиры-19, Углеводы-78, Калорийность-549	65-80
Обед			
60	Салат из моркови "По-корейски" <small>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</small>	Белки-0,76, Жиры-3,05, Углеводы-4,69, Калорийность-49,25	6-34
200	Суп гороховый <small>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-2,78, Жиры-1,6, Углеводы-15,2, Калорийность-86,32	10-27
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1,14, Жиры-0,12, Углеводы-7,35, Калорийность-35,04	2-27
100	Азу по-татарски <small>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, томат-паста, огурцы солёные, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</small>	Белки-13,42, Жиры-12,8, Углеводы-7,67, Калорийность-199,56	64-22
150	Каша гречневая <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-5,66, Жиры-5,43, Углеводы-31,33, Калорийность-196,83	10-61
200	Сок фруктовый	Белки-0,2, Жиры-0,26, Углеводы-22,6, Калорийность-93,54	10-08
20	Хлеб пшеничный	Белки-1,52, Жиры — 0,24, Углеводы- 9,54, Калорийность-43	1-62
20	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-1,54, Жиры-0,16, Углеводы-9,8, Калорийность-46,8	1-35
765	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-24, Углеводы-108, Калорийность-754	106-76
	Итого за день	Белки-44, Жиры-42, Углеводы-187, Калорийность-1303	172-56

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
240	Плов из филе птицы <i>крупа рисовая, филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-13,09, Жиры-15,82, Углеводы-25,82, Калорийность-298,02	52-87
50	Пряник	Белки-2,5, Жиры-1,5, Углеводы-38, Калорийность-175,5	6-30
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Белки-0,05, Жиры-0,01, Углеводы-10,15, Калорийность-40,89	4-25
30	Хлеб пшеничный	Белки-2,28, Жиры-0,36, Углеводы-13,31, Калорийность-65,6	2-38
525	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-18, Углеводы-87, Калорийность-580	65-80
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1,64, Жиры-10, Углеводы-10,24, Калорийность-137,52	6-59
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень</i>	Белки-1,99, Жиры-4,35, Углеводы-15, Калорийность-107,11	9-79
100	Котлеты по-хлыновски с соусом томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш куриный, картофель в/к, лук в/к, яйцо куриное с2, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11,75, Жиры-10,28, Углеводы-8,73, Калорийность-174,44	49-25
150	Макаронные изделия с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,5, Жиры-3,8, Углеводы-35, Калорийность-188,2	10-33
180	Компот из свежих яблок с лимоном <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Белки-0,2, Жиры-0,15, Углеводы-21,72, Калорийность-89,03	13-58
20	Хлеб пшеничный	Белки-1,52, Жиры-0,24, Углеводы-9,54, Калорийность-46,4	1-62
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1,54, Жиры-0,16, Углеводы-9,8, Калорийность-46,8	1-35
770	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-29, Углеводы-110, Калорийность-790	92-51
	Итого за день	Белки-40, Жиры-47, Углеводы-197, Калорийность-1370	158-31

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

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

Завтрак

150 **Запеканка из творога с морковью** Белки-17,88, Жиры-14,45, Углеводы-37,52, Калорийность-351,65 **42-62**

творог, морковь в/к, молоко 2.5%, сахар-песок, крупа манная, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сухари панировочные, сметана 15%, соль йодированная

180 **Яблоко** Белки-0,72, Углеводы-20,34, Калорийность-84,24 **19-12**

180 **Чай с сахаром** Углеводы-13,5, Калорийность-54 **2-34**

сахар-песок, чай черный лист

21 **Хлеб пшеничный** Белки-1,6, Жиры — 0,25, Углеводы- 10,02, Калорийность-48,73 **1-72**

531 **Итого за Завтрак** Белки-20, Жиры-15, Углеводы-81, Калорийность-539 **65-80**

Обед

70 **Винегрет овощной** Белки-1,22, Жиры-7,03, Углеводы-6,7, Калорийность-94,9 **7-61**

картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная

200 **Суп рыбный** Белки-1,43, Жиры- 0,34, Углеводы-17,58, Калорийность-101,3 **18-28**

картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная

100 **Шницель домашний (с соусом)** Белки-9,54, Жиры-13,76, Углеводы-11,72, Калорийность-206,7 **40-16**

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

160 **Гороховое пюре** Белки-11,43, Жиры-4,67, Углеводы-42,45, Калорийность-285,5 **8-79**

крупа горох, масло сливочное, соль йодированная

200 **Компот из кураги** Белки-1,04, Жиры-0,06, Углеводы-15,01, Калорийность-106,4 **10-08**

21 **Хлеб пшеничный** Белки-1,6, Жиры - 0,25, Углеводы-10,02, Калорийность-44,7 **1-62**

20 **Хлеб ржано- пшеничный** Белки-1,54, Жиры — 0,16, Углеводы- 9,8, Калорийность-48,2 **1-35**

771 **Итого за Обед** Белки-28, Жиры-26, Углеводы-113, Калорийность-888 **87-89**

Итого за день Белки-48, Жиры-41, Углеводы-195, Калорийность-1426 **153-69**

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОГОНЕК"

№2

ИНН 5811077285

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	Фрикадельки из говядины в соусе <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное с2, соль йодированная</i>	Белки-9,48, Жиры-10,79, Углеводы-12,25, Калорийность-184,03	36-42
200	Макаронны отварные с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4,67, Жиры-5,07, Углеводы-29,67, Калорийность-182,99	13-77
20	Печенье "Мария"	Белки-1,7, Жиры-1, Углеводы-14,8, Калорийность-75	3-47
200	Чай с вареньем из черной смородины <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-0,09, Углеводы-5,01, Калорийность-20,4	8-20
49	Хлеб пшеничный	Белки-3,72, Жиры-0,59, Углеводы-23,37, Калорийность-113,67	3-94
569	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-17, Углеводы-85, Калорийность-576	65-80
Обед			
60	Салат "Фасолинка" <i>фасоль, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, чеснок, зелень</i>	Белки-2,76, Жиры-13,81, Углеводы-5,96, Калорийность-159,17	12-16
200	Свекольник. <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-1,89, Жиры-2,94, Углеводы-15,24, Калорийность-94,98	13-92
10	Сметана к I блюдам.	Белки-0,26, Жиры-1,5, Углеводы-0,36 Калорийность-15,98	4-53
100	Голубцы ленивые <i>капуста в/к, фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное</i>	Белки-8,91, Жиры-4,66, Углеводы-7,39, Калорийность-107,14	35-53
150	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,26, Жиры-5,62, Углеводы-26,04, Калорийность-167,78	20-62
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Белки-0,46, Жиры-0,12, Углеводы-29,24, Калорийность-119,88	6-54
30	Хлеб пшеничный	Белки-2,28, Жиры-0,36 Углеводы-14,31, Калорийность-69,6	1-62
24	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-1,85, Жиры-0,19, Углеводы-11,76, Калорийность-56,15	1-35
774	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-29, Углеводы-110, Калорийность-791	96-27
	Итого за день	Белки-41, Жиры-47, Углеводы-195, Калорийность-1367	162-07

МП

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Чиполлетти из говядины с соусом томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9,08, Жиры-6,19, Углеводы-9,45, Калорийность-129,83	35-85
200	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5,82, Жиры-7,5, Углеводы-41,93, Калорийность-258,5	19-39
200	Чай с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1,45, Жиры-1,25, Углеводы-12,4, Калорийность-66,65	6-89
45	Хлеб пшеничный	Белки-3,42, Жиры-0,54, Углеводы-21,47, Калорийность-104,42	3-67
545	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-15, Углеводы-85, Калорийность-559	65-80
Обед			
90	Салат Здоровье <i>морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-1,94, Жиры-5,69, Углеводы-8,74, Калорийность-93,93	10-76
200	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2,03, Жиры-4,26, Углеводы-17,1, Калорийность-114,86	6-84
90	Биточек припущенный из птицы <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-10,79, Жиры-2,04, Углеводы-8,82, Калорийность-96,8	49-26
200	Каша перловая рассыпчатая с овощами <i>крупа перловая, морковь в/к, масло подсолнечное, масло сливочное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-5,82, Жиры-10,97, Углеводы-27,92, Калорийность-233,69	11-46
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-0,58, Жиры-0,12, Углеводы-15,01, Калорийность-63,44	7-66
20	Хлеб пшеничный	Белки-1,52, Жиры-0,24, Углеводы-9,54, Калорийность-46,4	1-62
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1,54, Жиры-0,16, Углеводы-9,8, Калорийность-46,8	1-35
820	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-23, Углеводы-97, Калорийность-696	88-95
	Итого за день	Белки-44, Жиры-39, Углеводы-182, Калорийность-1255	154-75

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Зятонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Аудиторское общество

Школа 7-11 (2 смена)

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

ИНН 5811077285

Обед

70	Огурцы соленые	Белки-1.96, Углеводы-0.91, Калорийность-11.48	12-18
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1.68, Жиры-8, Углеводы-6.4, Калорийность-104.32	5-10
210	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляши), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-19.68, Жиры-16.8, Углеводы-42.45, Калорийность-399.72	62-64
200	Сок фруктовый	Углеводы-22.6, Калорийность-93.54	10-08
30	Хлеб пшеничный	Белки-2.28, Углеводы-14.31, Калорийность-69.6	2-45
20	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-1.54, Углеводы-9.8, Калорийность-46.8	1-35
730	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-26, Углеводы-96, Калорийность-725	93-80

Полдник

100	Кекс "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	18-18
200	Чай б/с		0-77
300	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-9, Углеводы-52, Калорийность-320	18-95

Итого за день Белки-35, Жиры-35, Углеводы-148, Калорийность-1045 **112-75**

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Акционерное общество
"Комбинат школьного питания "ОГОНЁК"
№2
ИНН 581107286

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
70	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1.15, Жиры-7, Углеводы-7.17, Калорийность-96.28	7-69
200	Рассольник ленинградский <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2.1, Жиры-3.19, Углеводы-13.36, Калорийность-90.55	13-24
110	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12.71, Жиры-10.25, Углеводы-7.05, Калорийность-171.29	41-49
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6.04, Жиры-5.79, Углеводы-33.42, Калорийность-209.95	11-32
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-61.62	16-71
25	Хлеб пшеничный	Белки-1.9, Углеводы-11.93, Калорийность-58.02	2-00
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1.54, Углеводы-9.8, Калорийность-46.8	1-35
785	Итого за Обед	Белки-26, Жиры-27, Углеводы-98, Калорийность-735	93-80
Полдник			
100	Булочка Российская <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-8.82, Жиры-8.16, Углеводы-13.52, Калорийность-162.8	10-16
58	Печенье Овсяное	Белки-3.13, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-140.52	8-70
200	Напиток апельсиновый <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-15, Калорийность-61.16	10-54
358	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-52, Калорийность-364	29-40
Итого за день		Белки-38, Жиры-39, Углеводы-149, Калорийность-1099	123-20

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Акционерное общество

"Комбинат школьного питания"

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
80	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1.02, Жиры-4.06, Углеводы-6.26, Калорийность-65.66	8-46
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-2.94, Углеводы-11.16, Калорийность-76.98	12-18
10	Сметана к I блюдам	Жиры-1.5, Калорийность-15.98	4-53
90	Митболы с соусом томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-12.15, Жиры-7.02, Углеводы-10.78, Калорийность-154.9	36-47
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3.23, Жиры-9.27, Углеводы-26.13, Калорийность-200.87	19-83
180	Сок фруктовый	Углеводы-20.34, Калорийность-84.15	9-07
23	Хлеб пшеничный	Белки-1.75, Углеводы-10.97, Калорийность-53.4	1-85
21	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1.62, Углеводы-10.29, Калорийность-49.17	1-41
759	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-25, Углеводы-96, Калорийность-701	93-80
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	6-86
200	Яблоко	Белки-0.8, Углеводы-22.6, Калорийность-93.6	21-24
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-10.02, Калорийность-40.08	2-60
450	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-51, Калорийность-306	30-70
Итого за день			
		Белки-30, Жиры-33, Углеводы-147, Калорийность-1007	124-50

Бухгалтер-калькулятор



Малышева Н.М.

Генеральный директор



Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Административное отделение
"Комбинат школьного питания"
№2

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
70	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1.22, Жиры-7.03, Углеводы-6.7, Калорийность-94.95	8-88
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	10-27
15	Гренки из пше. хлеба	Белки-1.14, Углеводы-7.35, Калорийность-35.04	2-27
100	Котлета домашняя 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-8.96, Жиры-9.33, Углеводы-10.35, Калорийность-161.21	40-91
160	Рис "Светофор" с морковью и кукурузой <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5.02, Жиры-9.19, Углеводы-33.36, Калорийность-236.23	18-57
200	Отвар шиповника с сахаром <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-0.88, Углеводы-31.92, Калорийность-133	10-50
36	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2.77, Углеводы-17.64, Калорийность-84.25	2-40
781	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-28, Углеводы-123, Калорийность-839	93-80
Полдник			
100	Булочка школьная <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-5.82, Жиры-2.9, Углеводы-42.63, Калорийность-219.9	7-62
200	Варенец	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-101	31-17
300	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-8, Углеводы-51, Калорийность-321	38-79
Итого за день			
			Белки-37, Жиры-36, Углеводы-173, Калорийность-1160
			132-59

Бухгалтер-калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Салат "Солнышко" <i>яйцо куриное с2, кукуруза консервированная, масло подсолнечное</i>	Белки-5,65, Жиры-7,03, Углеводы-2,16, Калорийность-94,51	19-24
200	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2,03, Жиры-4,26, Углеводы-12,1, Калорийность-94,86	6-84
100	Котлета рыбная с соусом сливочно-томатным <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное, молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-11,74, Жиры-11,28, Углеводы-8,13, Калорийность-181	37-89
150	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,26, Жиры-5,62, Углеводы-37,04, Калорийность-211,78	20-62
180	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-17,06, Калорийность-68,76	7-39
27	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2,08, Углеводы-20,23, Калорийность-91,22	1-82
717	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-28, Углеводы-97, Калорийность-742	93-80
Полдник			
50	Булочка с корицей <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи сухие, корица, ванилин</i>	Белки-7,42, Жиры -7,89, Углеводы-17,3, Калорийность-169,21	4-97
150	Яблоко	Белки-0,8, Углеводы-11,16, Калорийность-47,84	15-93
200	Сок фруктовый	Углеводы-22,6, Калорийность-93,54	10-08
400	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-51, Калорийность-311	30-98
Итого за день		Белки-33 Жиры-37 Углеводы-148 Калорийность-1053	124-78

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Муниципальное общество

АО "Комбинат Школьного Питания"

№2

Школа 7-11 (2 смена)

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

Обед

100	Салат из белокочанной капусты с маслом <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1.8, Жиры-5, Углеводы-7.4, Калорийность-81.8	10-14
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1.68, Жиры-8, Углеводы-6.4, Калорийность-104.32	5-10
220	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-24.2, Жиры-5.5, Углеводы-42.9, Калорийность-317.9	64-70
200	Сок фруктовый	Углеводы-22.6, Калорийность-93.54	10-08
30	Хлеб пшеничный	Белки-2.28, Углеводы-14.31, Калорийность-69.6	2-43
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1.54, Углеводы-9.8, Калорийность-46.8	1-35
770	Итого за Обед	Белки-32, Жиры-19, Углеводы-103, Калорийность-714	93-80

Полдник

100	Корж молочный <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло подсолнечное, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, сода пищевая, кислота лимонная, ванилин</i>	Белки-6.7, Жиры-8.84, Углеводы-20.49, Калорийность-188.32	11-23
60	Печенье "Мария"	Белки-4.92, Жиры-3.42, Углеводы-10.02, Калорийность-90.54	10-42
200	Отвар шиповника с сахаром <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-0.88, Углеводы-15.01, Калорийность-65.36	10-50
360	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-12, Углеводы-46, Калорийность-344	32-15

Итого за день Белки-44, Жиры-32, Углеводы-149, Калорийность-1058 **125-95**

Бухгалтер-калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
70	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-3.79 Калорийность-88.62	12-25
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-2.94, Углеводы-11.16, Калорийность-76.98	12-18
95	Котлета куриная с морковью с соусом томатным <i>фарш 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-7.91, Жиры-7.89, Углеводы-8.96, Калорийность-138.49	41-70
150	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4.28, Жиры-10.42, Углеводы-29.05, Калорийность-227.1	18-02
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29.24, Калорийность-119.88	6-54
21	Хлеб пшеничный	Белки-1.6, Жиры-0.25, Углеводы-10.02, Калорийность-48.73	1-70
21	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1.62, Жиры-0.17 Углеводы-10.29, Калорийность-49.17	1-41
757	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-28, Углеводы-103, Калорийность-749	93-80
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	6-86
150	Яблоко	Белки-0.8, Углеводы-11.16, Калорийность-47.84	15-93
200	Сок фруктовый	Белки-0.2, Углеводы-22.6, Калорийность-93.54	10-08
400	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-314	32-87
Итого за день		Белки-31, Жиры-36, Углеводы-155, Калорийность-1063	126-67

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

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 из моркови "Покорейски" <small>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</small>	Белки-0.76, Жиры-3.05, Углеводы-4.69, Калорийность-49.25	6-34
200	Суп гороховый <small>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-4.78, Жиры-1.6, Углеводы-15.2, Калорийность-94.32	10-27
15	Гренки из пше. хлеба	Белки-1.14, Жиры-0.12, Углеводы-7.35, Калорийность-35.04	2-27
90	Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом томатным <small>филе горбуши на коже, 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</small>	Белки-10.38, Жиры-9.57, Углеводы-12.35, Калорийность-177.05	44-69
150/5	Картофель отварной с маслом <small>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-3.23, Жиры-9.27, Углеводы-26.13, Калорийность-200.87	19-83
180	Сок фруктовый	Белки-0.18, Углеводы-20.34, Калорийность-84.15	9-07
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1.54, Углеводы-9.8, Калорийность-46.8	1-33
720	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-24, Углеводы-96, Калорийность-687	93-80
Полдник			
100	Кекс "Столичный" с изюмом <small>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное с2, изюм, сахарная пудра, соль йодированная, сода пищевая</small>	Белки-7.86, Жиры-9.15, Углеводы-51.5, Калорийность-319.79	18-18
200	Чай б/с		0-77
300	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-9, Углеводы-52, Калорийность-320	18-95
	Итого за день	Белки-30, Жиры-33, Углеводы-147, Калорийность-1007	112-75

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Административное общество
№2
ИНН 5911077285

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1,64, Жиры-5, Углеводы-10.24, Калорийность-92.52	10-98
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень</i>	Белки-2, Жиры-4.35, Углеводы-15, Калорийность-107.11	9-79
260	Плов из филе птицы <i>крупа рисовая, филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-14.18, Жиры-17.14, Углеводы-27.97, Калорийность-322.86	57-27
180	Компот из свежих яблок с лимоном <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-21.72, Калорийность-89.03	12-22
27	Хлеб пшеничный	Белки-2.05, Углеводы-12.88, Калорийность-62.6	2-19
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1.54, Углеводы-9.8, Калорийность-46.8	1-35
787	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-27, Углеводы-98, Калорийность-721	93-80
Полдник			
100	Корж молочный <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло подсолнечное, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, сода пищевая, кислота лимонная, ванилин</i>	Белки-6.7, Жиры-8.84, Углеводы-20.49, Калорийность-188.32	11-23
60	Печенье "Мария"	Белки-4.92 Жиры-3.42, Углеводы-10.82, Калорийность-93.74	10-42
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-18.97, Калорийность-75.88	7-15
360	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-50, Калорийность-358	28-80
Итого за день			
		Белки-33, Жиры-39, Углеводы-148, Калорийность-1079	122-60

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
70	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1.22, Жиры-7.03, Углеводы-6.7, Калорийность-94.95	8-88
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-1.43, Углеводы-17.58, Калорийность-79.1	18-28
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-9.54, Жиры-13.76, Углеводы-11.72, Калорийность-208.88	40-16
160	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-11.43, Жиры-4.67, Углеводы-42.45, Калорийность-257.55	9-38
200	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1.04, Углеводы-15.01, Калорийность-64.74	14-03
21	Хлеб пшеничный	Белки-1.6, Углеводы-10.02, Калорийность-48.73	1-72
20	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-1.54, Углеводы-9.8, Калорийность-46.8	1-35
771	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-26, Углеводы-113, Калорийность-801	93-80
Полдник			
50	Булочка с посыпкой и изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, изюм, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, ванилин</i>	Белки-7.22, Жиры-7.74, Углеводы-18.44, Калорийность-172.3	5-79
200	Яблоко	Белки-0.8, Углеводы-22.6, Калорийность-93.6	21-24
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-10.02, Калорийность-40.08	2-60
450	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-51, Калорийность-306	29-63
	Итого за день	Белки-36, Жиры-34, Углеводы-164, Калорийность-1107	123-43

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Акционерное общество

"Комбинат школьного питания "Огонёк"

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 "Фасолинка" <i>фасоль, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, чеснок, зелень</i>	Белки-2.76, Жиры-13.81, Углеводы-5.96, Калорийность-159.17	12-16
200	Свекольник <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-1.89, Жиры-2.94, Углеводы-15.24, Калорийность-94.98	13-92
10	Сметана к I блюдам	Белки-0.26, Жиры-1.5, Углеводы-0.36, Калорийность-15.98	4-53
90	Голубцы ленивые <i>капуста в/к, фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное</i>	Белки-8.91, Жиры-4.66, Углеводы-7.39, Калорийность-107.14	31-98
150	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3.26, Жиры-5.62, Углеводы-37.04, Калорийность-211.78	20-62
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29.24, Калорийность-119.88	6-54
30	Хлеб пшеничный	Белки-2.28, Углеводы-14.31, Калорийность-69.6	2-43
24	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1.85, Углеводы-11.76, Калорийность-56.15	1-62
764	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-29, Углеводы-121, Калорийность-835	93-80
Полдник			
100	Булочка Российская <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-8.82, Жиры-8.16, Углеводы-13.52, Калорийность-162.8	10-16
58	Печенье Овсяное	Белки-3.13, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-140.52	8-70
200	Напиток апельсиновый <i>сахар-песок, апельсин</i>	Белки-0.2, Углеводы-15, Калорийность-61.16	10-54
358	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-52, Калорийность-364	29-40
Итого за день		Белки-34, Жиры-41, Углеводы-173, Калорийность-1199	123-20

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Административное общество
"Комбинат Школьного Питания "Огонёк"
№2
ИДНН 5814017395

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
90	Салат Здоровье <i>морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное,</i>	Белки-1.94, Жиры-5.69, Углеводы-8.74, Калорийность-93.93	16-14
200	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2.03, Жиры-4.26, Углеводы-12.1, Калорийность-94.86	6-84
110	Чиполлетти из говядины с соусом томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11.5, Жиры-6.92, Углеводы-10.53, Калорийность-150.4	40-66
200	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5.82, Жиры-7.5, Углеводы-51.93, Калорийность-298.5	19-39
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-0.58, Углеводы-15.01, Калорийность-63.44	7-66
20	Хлеб пшеничный	Белки-1.52, Углеводы-9.54, Калорийность-46.4	1-63
22	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-1.69 Углеводы-10.78, Калорийность-51.5	1-48
842	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-25, Углеводы-119, Калорийность-799	93-80
Полдник			
100	Булочка школьная <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-5.82, Жиры-2.9, Углеводы-42.63, Калорийность-219.9	7-62
200	Варенец	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-101	31-17
300	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-8, Углеводы-51, Калорийность-321	38-79
Итого за день		Белки-37 Жиры-33, Углеводы-169, Калорийность-1120	132-59

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Акционерное общество
"Комбинат Школьного Питания"
№2

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10/20	Бутерброд с сыром <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-88	11-05
250/5	Каша молочная рисовая <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-53, Калорийность-313	27-01
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	21-24
200	Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</i>	Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-71	9-75
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
715	Итого за Завтрак	Белки-16, Жиры-13, Углеводы-113, Калорийность-630	71-47
Обед			
100	Огурцы соленые	Белки-3, Углеводы-1, Калорийность-16	17-40
250	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-130	6-37
250	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-27, Жиры-20, Углеводы-29, Калорийность-404	74-58
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
860	Итого за Обед	Белки-37, Жиры-31, Углеводы-90, Калорийность-780	112-87
Полдник			
100	Кекс "Столичный" с изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное с2, изюм, сахарная пудра, соль йодированная, сода пищевая</i>	Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	18-18
51	Печенье сахарное	Белки-4, Жиры-10, Углеводы-36, Калорийность-245	6-74
200	Чай б/с		0-77
351	Итого за Полдник	Белки-9, Жиры-28, Углеводы-98, Калорийность-668	25-69
351	Итого за день	Белки-61, Жиры-72, Углеводы-302, Калорийность-2 078	210-03

Бухгалтер-калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Акционерное общество

"Комбинат школьного питания"

Меню Школа 12-18

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

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	40-16
180	Макароны отварные <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-53, Калорийность-293	11-74
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	3-64
55	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26, Калорийность-117	4-44
590	Итого за Завтрак	Белки-24, Жиры-21, Углеводы-140, Калорийность-833	66-28

Обед

100	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-138	10-98
250	Рассольник ленинградский <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-113	16-55
110	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-10, Углеводы-7, Калорийность-172	41-49
180	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-236	12-73
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-71
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
900	Итого за Обед	Белки-29, Жиры-31, Углеводы-116, Калорийность-868	102-90

Полдник

100	Булочка Российская <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-10, Жиры-12, Углеводы-64, Калорийность-404	10-16
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	Напиток апельсиновый <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-54
358	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	29-40
358	Итого за день	Белки-66, Жиры-69, Углеводы-366, Калорийность-2 350	198-58

Бухгалтер-
калькулятор


Мальшева Н.М.



Генеральный
директор


Загонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Митболы <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-181	57-17
180/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, Калорийность-180	22-84
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-60
40	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23
583	Итого за Завтрак	Белки-25, Жиры-19, Углеводы-96, Калорийность-647	94-54
Обед			
100	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-82	10-57
250	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-2, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-96	15-22
10	Сметана к I блюдам	Жиры-2, Калорийность-16	4-53
250	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к I сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-28, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-361	73-53
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
300	Хлеб пшеничный	Белки-23, Жиры-4, Углеводы-143, Калорийность-639	24-24
300	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-23, Жиры-2, Углеводы-147, Калорийность-723	20-19
1 410	Итого за Обед	Белки-77, Жиры-23, Углеводы-384, Калорийность-2 011	158-36
Полдник			
60	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-4, Жиры-4, Углеводы-34, Калорийность-228	8-23
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	21-24
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-60
460	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-71, Калорийность-381	32-07
460	Итого за день	Белки-107, Жиры-46, Углеводы-551, Калорийность-3 040	284-97
Бухгалтер- калькулятор	 Мальшева Н.М.	Генеральный директор	 Затонский Д.А.
		Согласовано Директор	МП

Акционерное общество

"Комбинат школьного питания "Огонёк"

№2

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
220	Омлет натуральный <i>яйцо куриное с2, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-23, Жиры-28, Углеводы-4, Калорийность-359	50-74
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200	Чай с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	6-89
80	Хлеб пшеничный	Белки-6, Жиры-1, Углеводы-38, Калорийность-170	6-46
550	Итого за Завтрак	Белки-33, Жиры-32, Углеводы-93, Калорийность-771	70-39
<u>Обед</u>			
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	12-68
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	12-84
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	2-27
100	Котлета домашняя <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-9, Жиры-14, Углеводы-10, Калорийность-204	40-91
180	Рис "Светофор" с морковью и кукурузой <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-13, Углеводы-44, Калорийность-313	20-89
200	Отвар шиповника с сахаром <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133	10-50
40	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-96	2-69
885	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-40, Углеводы-142, Калорийность-1 035	102-78
<u>Полдник</u>			
100	Булочка школьная <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-9, Жиры-3, Углеводы-66, Калорийность-324	7-62
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200	Варенец	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-102	31-17
350	Итого за Полдник	Белки-17, Жиры-9, Углеводы-112, Калорийность-601	45-09
350	Итого за день	Белки-78, Жиры-81, Углеводы-346, Калорийность-2 407	218-26

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Административное общество
 МАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОГОНЕК"
 ИПЧ 391 077285

Меню Школа 12-18

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

Завтрак

100	Котлета рыбная с соусом сливочно-томатным <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-8, Калорийность-176	37-89
200	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35, Калорийность-224	27-49
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	3-64
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
555	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-19, Углеводы-77, Калорийность-547	73-06

Обед

100	Салат "Солнышко" <i>яйцо куриное с2, кукуруза консервированная, масло подсолнечное</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-4, Калорийность-157	32-06
250	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-119	8-55
100	Фрикадельки из говядины в соусе <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное с2, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12, Калорийность-184	36-42
180	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321	10-55
200	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-19, Калорийность-76	8-21
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
890	Итого за Обед	Белки-47, Жиры-34, Углеводы-127, Калорийность-993	100-23

Полдник

60	Булочка с корицей <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи сухие, корица, ванилин</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37, Калорийность-228	5-96
150	Яблоко	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	15-93
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
410	Итого за Полдник	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-76, Калорийность-392	31-97
410	Итого за день	Белки-73, Жиры-60, Углеводы-280, Калорийность-1 932	205-26

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшцева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Салат из белокочанной капусты с маслом <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-82	10-14
200	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-22, Жиры-5, Углеводы-39, Калорийность-289	58-82
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-60
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
550	Итого за Завтрак	Белки-28, Жиры-11, Углеводы-85, Калорийность-537	75-60
Обед			
100	Салат "Стенной" <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10, Калорийность-100	17-02
250	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-130	6-37
100	Биточек припущенный из птицы <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-108	54-73
180	Перловка с овощами <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-9, Углеводы-38, Калорийность-257	7-25
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
890	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-27, Углеводы-117, Калорийность-824	99-89
Полдник			
100	Корж молочный <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло подсолнечное, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, сода пищевая, кислота лимонная, ванилин</i>	Белки-7, Жиры-14, Углеводы-70, Калорийность-433	11-23
60	Печенье "Мария"	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-44, Калорийность-228	10-42
200	Отвар шиповника с сахаром <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133	10-50
360	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-17, Углеводы-147, Калорийность-794	32-15
360	Итого за день	Белки-67, Жиры-55, Углеводы-349, Калорийность-2156	207-64

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню Школа 12-18

09.10.2023 (1ин)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-78	8-93
250/5	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-8, Углеводы-47, Калорийность-300	20-99
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	21-24
200	Кофейный напиток с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-94	14-30
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
765	Итого за Завтрак	Белки-17, Жиры-12, Углеводы-130, Калорийность-672	69-50
Обед			
100	Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-16, Углеводы-5, Калорийность-191	17-50
250	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-2, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-96	15-22
100	Котлета куриная с морковью с соусом томатным <i>фарш 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-8, Жиры-7, Углеводы-8, Калорийность-130	44-74
180	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-13, Углеводы-35, Калорийность-280	21-62
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-54
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
890	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-41, Углеводы-122, Калорийность-971	110-06
Полдник			
60	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-4, Жиры-4, Углеводы-34, Калорийность-228	8-23
150	Яблоко	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	15-93
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
410	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-73, Калорийность-392	34-24
410	Итого за день	Белки-49, Жиры-57, Углеводы-325, Калорийность-2 035	213-80

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	№ Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	----------------------	--	----------------------------

Завтрак

	Котлета рыбная из горбуши		
110	"Школьная" с соусом томатным <i>филе горбуши на коже, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-17, Калорийность-121	58-86
180/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, Калорийность-180	22-84
12	Сушки	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41	1-66
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-42
55	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26, Калорийность-117	4-44
562	Итого за Завтрак	Белки-13, Жиры-10, Углеводы-90, Калорийность-490	90-22

Обед

100	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-82	10-57
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	12-84
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	2-27
120	Азу по-татарски <i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, томат-паста, огурцы солёные, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i>	Белки-16, Жиры-11, Углеводы-9, Калорийность-196	77-06
180	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-236	12-73
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
925	Итого за Обед	Белки-36, Жиры-25, Углеводы-133, Калорийность-897	129-99

Полдник

100	Кекс "Столичный" с изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное с2, изюм, сахарная пудра, соль йодированная, сода пищевая</i>	Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	18-18
51	Печенье сахарное	Белки-4, Жиры-10, Углеводы-36, Калорийность-245	6-74
200	Чай б/с		0-77
351	Итого за Полдник	Белки-9, Жиры-28, Углеводы-98, Калорийность-668	25-69
351	Итого за день	Белки-58, Жиры-63, Углеводы-321, Калорийность-2 055	245-90

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
270	Плов из филе птицы <i>крупа рисовая, филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-11, Углеводы-52, Калорийность-365	59-47
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-25
40	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23
565	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-13, Углеводы-124, Калорийность-686	73-25
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-138	10-98
250	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-116	12-24
100	Котлеты по-хлыновски с соусом томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш куриный, картофель в/к, лук в/к, яйцо куриное с2, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-9, Калорийность-174	49-25
180	Макароны отварные с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-42, Калорийность-226	12-40
200	Компот из свежих яблок с лимоном <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	13-58
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
890	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-31, Углеводы-133, Калорийность-890	102-89
Полдник			
100	Корж молочный <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло подсолнечное, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, сода пищевая, кислота лимонная, ванилин</i>	Белки-7, Жиры-14, Углеводы-70, Калорийность-433	11-23
60	Печенье "Мария"	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-44, Калорийность-228	10-42
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-36, Калорийность-134	7-15
360	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-17, Углеводы-151, Калорийность-795	28-80
360	Итого за день	Белки-57, Жиры-61, Углеводы-408, Калорийность-2 371	204-94

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
200	Запеканка из творога с морковью <i>творог, морковь в/к, молоко 2.5%, сахар-песок, крупа манная, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сухари панировочные, сметана 15%, соль йодированная</i>	Белки-28, Жиры-11, Углеводы-50, Калорийность-461	56-82
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	21-24
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-60
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
630	Итого за Завтрак	Белки-31, Жиры-12, Углеводы-102, Калорийность-679	83-08
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	12-68
250	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-127	22-85
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	40-16
180	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321	10-55
200	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106	14-03
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
890	Итого за Обед	Белки-41, Жиры-30, Углеводы-135, Калорийность-1 033	104-71
Полдник			
60	Булочка с посыпкой и изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, изюм, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, ванилин</i>		6-95
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	21-24
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-60
460	Итого за Полдник	Белки-1, Углеводы-38, Калорийность-154	30-79
460	Итого за день	Белки-72, Жиры-42, Углеводы-275, Калорийность-1 865	218-58

Бухгалтер-калькулятор

Мальшичева Н.М.

Генеральный директор

Зятонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Фрикадельки из говядины в соусе <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное с2, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12, Калорийность-184	36-42
200	Макаронны отварные с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-47, Калорийность-251	13-77
20	Печенье "Мария"	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	3-47
200	Чай с вареньем из черной смородины <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	8-20
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
570	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-17, Углеводы-103, Калорийность-680	65-90
Обед			
100	Салат "Фасолинка" <i>фасоль, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, чеснок, зелень</i>	Белки-3, Жиры-23, Углеводы-10, Калорийность-259	20-27
250	Свекольник. <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-119	17-40
10	Сметана к I блюдам	Жиры-2, Калорийность-16	4-53
100	Голубцы ленивые <i>капуста в/к, фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное</i>	Белки-9, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-107	35-53
180	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31, Калорийность-201	24-74
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-54
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
900	Итого за Обед	Белки-23, Жиры-40, Углеводы-126, Калорийность-958	113-45
Полдник			
100	Булочка Российская <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-10, Жиры-12, Углеводы-64, Калорийность-404	10-16
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	Напиток апельсиновый <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-54
358	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	29-40
358	Итого за день	Белки-56, Жиры-74, Углеводы-339, Калорийность-2 287	208-75

Бухгалтер-калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню Школа 12-18

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

Завтрак

100	Чиполлетти из говядины с соусом томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-6, Углеводы-10, Калорийность-134	35-85
200	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299	19-39
200	Чай с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	6-89
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
550	Итого за Завтрак	Белки-21, Жиры-16, Углеводы-98, Калорийность-606	66-17

Обед

100	Салат Здоровье <i>морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10, Калорийность-104	17-94
250	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-119	8-55
100	Биточек припущенный из птицы <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-108	54-73
200	Каша перловая рассыпчатая с овощами <i>крупа перловая, морковь в/к, масло подсолнечное, масло сливочное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-11, Углеводы-28, Калорийность-250	11-18
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	7-66
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
910	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-26, Углеводы-107, Калорийность-830	104-50

Полдник

100	Булочка школьная <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-9, Жиры-3, Углеводы-66, Калорийность-324	7-62
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200	Варенец	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-102	31-17
350	Итого за Полдник	Белки-17, Жиры-9, Углеводы-112, Калорийность-601	45-09
350	Итого за день	Белки-66, Жиры-51, Углеводы-316, Калорийность-2 037	215-76

Бухгалтер-калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

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

10/20	Бутерброд с сыром <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-88
200/5	Каша молочная рисовая <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Калорийность-263
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94
180	Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</i>	Жиры-2, Углеводы-12, Калорийность-64
26	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-55

Завтрак2

20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68
200	Чай б/с	

861 **Итого за 1-я смена** Белки-15, Жиры-13, Углеводы-71, Калорийность-632 **71-30**

Обед

70	Огурцы соленые	Белки-2, Углеводы-1, Калорийность-12
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104
210	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-23, Жиры-17, Углеводы-24, Калорийность-340
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48

Полдник

20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68
200	Чай б/с	

950 **Итого за 2-я смена** Белки-33, Жиры-26, Углеводы-92, Калорийность-729 **99-30**

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Зягонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Административное общество

"Комбинат Школьного Питания"

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	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	
170	Макаронны отварные <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-51, Калорийность-277	
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	
57	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27, Калорийность-121	

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	

802 **Итого за 1-я смена** Белки-26, Жиры-22, Углеводы-167, Калорийность-957 **71-30**

Обед

70	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-96	
200	Рассольник ленинградский. <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-91	
110	Печень по-строгановски (гов.печень) <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-10, Углеводы-7, Калорийность-172	
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	
25	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	

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	

1 005 **Итого за 2-я смена** Белки-27, Жиры-28, Углеводы-128, Калорийность-879 **99-30**

Бухгалтер-калькулятор



Малышева Н.М.

Генеральный директор



Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
55	Митболы <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-4, Калорийность-100	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
40	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	
<u>Завтрак2</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
758	Итого за 1-я смена	Белки-20, Жиры-16, Углеводы-126, Калорийность-717	71-30
<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, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-66	
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, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77	
10	Сметана к I блюдам	Жиры-2, Калорийность-16	
90	Митболы с соусом томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-127	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
180	Сок фруктовый	Углеводы-20, Калорийность-84	
23	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-49	
21	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	
<u>Полдник</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
1 009	Итого за 2-я смена	Белки-21, Жиры-22, Углеводы-130, Калорийность-801	99-30

Бухгалтер-
калькулятор


Мальшева Н.М.

Генеральный
директор


Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

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

210	Омлет натуральный <i>яйцо куриное с2, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-22, Жиры-27, Углеводы-4, Калорийность-343
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176
200	Чай с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67
52	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-111

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

732 **Итого за 1-я смена** Белки-31, Жиры-31, Углеводы-109, Калорийность-832 **71-30**

Обед

70	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-95
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-15, Калорийность-94
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35
100	Котлета домашняя <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-9, Жиры-14, Углеводы-10, Калорийность-204
160	Рис "Светофор" с морковью и кукурузой <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-39, Калорийность-278
200	Отвар шиповника с сахаром <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133
36	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-87

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

1 001 **Итого за 2-я смена** Белки-26, Жиры-36, Углеводы-158, Калорийность-1 062 **99-30**

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

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 с соусом сливочно-томатным <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-8, Калорийность-176	
150	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-26, Калорийность-168	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	
45	Хлеб пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21, Калорийность-96	

Завтрак2

50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		

750	Итого за 1-я смена	Белки-21, Жиры-19, Углеводы-104, Калорийность-656	71-30
-----	---------------------------	--	--------------

Обед

60	Салат "Солнышко" <i>яйцо куриное с2, кукуруза консервированная, масло подсолнечное</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-2, Калорийность-94	
200	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	
100	Котлета рыбная с соусом сливочно-томатным <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-8, Калорийность-176	
150	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-26, Калорийность-168	
180	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-17, Калорийность-69	
27	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-65	

Полдник

50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		

967	Итого за 2-я смена	Белки-27, Жиры-30, Углеводы-117, Калорийность-842	99-30
-----	---------------------------	--	--------------

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

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

80 **Салат из белокачанной
капусты с маслом**

Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-65

капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная

175 **Плов из говядины**

Белки-19, Жиры-4, Углеводы-34, Калорийность-253

крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная

200 **Чай с сахаром**

Углеводы-15, Калорийность-60

сахар-песок, чай черный лист

45 **Хлеб пшеничный**

Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21, Калорийность-96

Завтрак2

20 **Печенье "Мария"**

Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76

200/5 **Чай с лимоном**

Углеводы-15, Калорийность-61

*сахар-песок, лимон, чай черный лист***725****Итого за 1-я смена** Белки-26, Жиры-10, Углеводы-106,
Калорийность-611**71-30****Обед**

100 **Салат из белокачанной
капусты с маслом**

Белки-2, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-82

капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная

200 **Суп с домашней лапшой**

Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104

лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная

220 **Плов из говядины**

Белки-24, Жиры-6, Углеводы-43, Калорийность-318

крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная

200 **Сок фруктовый**

Углеводы-23, Калорийность-94

30 **Хлеб пшеничный**

Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64

20 **Хлеб ржано- пшеничный**

Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48

Полдник

20 **Печенье "Мария"**

Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76

200/5 **Чай с лимоном**

Углеводы-15, Калорийность-61

*сахар-песок, лимон, чай черный лист***995****Итого за 2-я смена** Белки-33, Жиры-20, Углеводы-133,
Калорийность-846**99-30**Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

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

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
44	Хлеб пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21, Калорийность-94

Завтрак2

50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176
200	Чай б/с	

959	Итого за 1-я смена	Белки-17, Жиры-12, Углеводы-156, Калорийность-782	71-30
------------	---------------------------	---	--------------

Обед

70	Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-4, Калорийность-134
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, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77
95	Котлета куриная с морковью с соусом томатным <i>фарш 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-8, Жиры-8, Углеводы-9, Калорийность-138
150	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-10, Углеводы-29, Калорийность-234
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120
21	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45
21	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51

Полдник

50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176
200	Чай б/с	

1 007	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-34, Углеводы-141, Калорийность-973	99-30
--------------	---------------------------	---	--------------

Бухгалтер-калькулятор



Мальшева Н.М.

Генеральный директор



Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

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

80	Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом томатным <i>филе горбуши на коже, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная</i> томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-82	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
12	Сушки	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	
53	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-113	

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	

720 **Итого за 1-я смена** Белки-13, Жиры-10, Углеводы-108, Калорийность-558 **71-30**

Обед

60	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-49	
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-15, Калорийность-94	
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	
90	Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом томатным <i>филе горбуши на коже, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная</i> томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-95	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
180	Сок фруктовый	Углеводы-20, Калорийность-84	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	

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	

940 **Итого за 2-я смена** Белки-16, Жиры-14, Углеводы-126, Калорийность-698 **99-30**

Бухгалтер-калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

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

240	Плов из филе птицы <i>крупа рисовая, филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-10, Углеводы-46, Калорийность-324
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64

Завтрак2

34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163
200	Чай б/с	

759	Итого за 1-я смена	Белки-20, Жиры-18, Углеводы-137, Калорийность-787	71-30
-----	---------------------------	--	--------------

Обед

100	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-138
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-93
260	Плов из филе птицы <i>крупа рисовая, филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-11, Углеводы-50, Калорийность-351
180	Компот из свежих яблок с лимоном <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-22, Калорийность-90
27	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-58
20	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48

Полдник

34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163
200	Чай б/с	

1 021	Итого за 2-я смена	Белки-24, Жиры-32, Углеводы-143, Калорийность-940	99-30
-------	---------------------------	--	--------------

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
150	Запеканка из творога с морковью <i>творог, морковь в/к, молоко 2.5%, сахар-песок, крупа манная, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сухари панировочные, сметана 15%, соль йодированная</i>	Белки-21, Жиры-8, Углеводы-38, Калорийность-346	
180	Яблоко	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-84	
180	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-14, Калорийность-54	
21	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	
<u>Завтрак2</u>			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
751	Итого за 1-я смена	Белки-25, Жиры-9, Углеводы-110, Калорийность-657	71-30
<u>Обед</u>			
70	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-95	
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101	
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	
160	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-18, Жиры-5, Углеводы-42, Калорийность-286	
200	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106	
21	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	
20	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	
<u>Полдник</u>			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
991	Итого за 2-я смена	Белки-38, Жиры-27, Углеводы-142, Калорийность-1 016	99-30

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

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	Фрикадельки из говядины в соусе <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное с2, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12, Калорийность-184	
200	Макаронны отварные с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-47, Калорийность-251	
20	Печенье "Мария"	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200	Чай с вареньем из черной смородины <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	
49	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23, Калорийность-104	
Завтрак2			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
819	Итого за 1-я смена	Белки-22, Жиры-19, Углеводы-140, Калорийность-854	71-30

Обед			
60	Салат "Фасолинка" <i>фасоль, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, чеснок, зелень</i>	Белки-2, Жиры-14, Углеводы-6, Калорийность-155	
200	Свекольник. <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-95	
10	Сметана к I блюдам	Жиры-2, Калорийность-16	
90	Голубцы ленивые <i>капуста в/к, фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное</i>	Белки-8, Жиры-4, Углеводы-7, Калорийность-96	
150	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-26, Калорийность-168	
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	
24	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58	
Полдник			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
1 014	Итого за 2-я смена	Белки-22, Жиры-30, Углеводы-148, Калорийность-948	99-30

Бухгалтер-
калькулятор


Мальшеша Н.М.

Генеральный
директор


Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

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

ИНН 59 1077285

Завтрак

100	Чиполлетти из говядины с соусом томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-6, Углеводы-10, Калорийность-134	
200	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299	
200	Чай с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	
45	Хлеб пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21, Калорийность-96	

Завтрак2

30	Печенье "Мария"	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	

780

Итого за 1-я смена Белки-23, Жиры-17, Углеводы-133, Калорийность-770**71-30****Обед**

90	Салат Здоровье <i>морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-94	
200	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	
110	Чиполлетти из говядины с соусом томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-11, Калорийность-151	
200	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299	
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	
20	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	
22	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-53	

Полдник

30	Печенье "Мария" (галеты)	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	

1 077

Итого за 2-я смена Белки-28, Жиры-26, Углеводы-156, Калорийность-1 021**99-30**Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП