

11.03.2024, 1пн

**Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-78	9-03
200/5	<b>Каша молочная пшеничная с маслом</b> <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-247	19-29
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
190	<b>Какао с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-135	13-64
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-26
695	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-16, Жиры-11, Углеводы-121, Калорийность-639	68-98
<b>Обед</b>			
70	<b>Салат "Столичный" с солёным огурцом</b> <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-4, Калорийность-134	19-17
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <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	12-82
60/40	<b>Котлета мясная из куриного филе с морковью с соусом</b> <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, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-135	38-75
150	<b>Рис "Светофор" с морковью и горошком</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-10, Углеводы-29, Калорийность-234	18-19
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
21	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	1-70
21	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	1-41
762	<b>Итого за Обед</b>	Белки-22, Жиры-33, Углеводы-103, Калорийность-795	98-43
762	<b>Итого за день</b>	Белки-37, Жиры-44, Углеводы-223, Калорийность-1 433	167-41

Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
60/40	<b>Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом</b> <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-101	<b>38-43</b>
150/5	<b>Картофель отварной</b> <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	<b>21-20</b>
20	<b>Сушки</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	<b>2-83</b>
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	<b>2-50</b>
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	<b>4-02</b>
<b>525</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-85, Калорийность-462	<b>68-98</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из моркови</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-86	<b>7-81</b>
200	<b>Суп гороховый</b> <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	<b>10-76</b>
15	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	<b>2-27</b>
90	<b>Азу по-татарски</b> <i>мясо говядина б/к 1 сорт (суляки), лук в/к, томат-паста, огурцы солёные, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-8, Углеводы-7, Калорийность-147	<b>58-04</b>
150	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197	<b>11-00</b>
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	<b>10-08</b>
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	<b>1-35</b>
<b>735</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-26, Жиры-21, Углеводы-103, Калорийность-701	<b>101-31</b>
<b>735</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-38, Жиры-30, Углеводы-187, Калорийность-1 163	<b>170-29</b>

Бухгалтер-  
калькулятор  Першина Т.П.Генеральный  
директор  Затонский Д.А.Согласовано  
Директор \_\_\_\_\_ МП

13.03.2024, 1ср

**Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
224	<b>Плов из свинины</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный: молотый, лавровый лист</i>	Белки-15, Жиры-24, Углеводы-52, Калорийность-494	<b>54-54</b>
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	<b>6-30</b>
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	<b>4-13</b>
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	<b>4-01</b>
529	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-21, Жиры-26, Углеводы-129, Калорийность-837	<b>68-98</b>
<b>Обед</b>			
70	<b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b> <i>свекла в/к, горошек зелёный, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-3, Калорийность-51	<b>13-38</b>
200	<b>Суп гречневый с овощами</b> <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	<b>10-42</b>
70/30	<b>Котлеты по-хлыновски с томатным соусом</b> <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	<b>49-90</b>
160	<b>Макаронны отварные с маслом.</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-37, Калорийность-201	<b>10-63</b>
200	<b>Компот из свежих яблок с лимоном шк</b> <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	<b>14-11</b>
20	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	<b>1-62</b>
20	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	<b>1-35</b>
770	<b>Итого за Обед</b>	Белки-22, Жиры-22, Углеводы-105, Калорийность-710	<b>101-41</b>
770	<b>Итого за день</b>	Белки-43, Жиры-49, Углеводы-233, Калорийность-1 546	<b>170-39</b>

Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
110	<b>Шницель домашний (с соусом)</b> <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-15, Углеводы-13, Калорийность-227	45-28
160	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	11-73
200	<b>Чай с вареньем из черной смородины</b> <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	8-18
47	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22, Калорийность-100	3-79
517	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-20, Жиры-21, Углеводы-74, Калорийность-600	68-98
<b><u>Обед</u></b>			
70	<b>Винегрет овощной</b> <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	9-22
200	<b>Суп рыбный</b> <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101	18-90
70/20	<b>Митболы с соусом</b> <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-10, Жиры-8, Углеводы-7, Калорийность-139	42-21
160	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-18, Жиры-5, Углеводы-42, Калорийность-286	9-43
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106	13-65
21	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	1-70
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	1-35
761	<b>Итого за Обед</b>	Белки-37, Жиры-20, Углеводы-108, Калорийность-820	96-46
761	<b>Итого за день</b>	Белки-57, Жиры-42, Углеводы-182, Калорийность-1 420	165-44

Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.Генеральный директор  Затойский 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)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Гуляши из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-109	51-36
160	<b>Спагетти отварные с маслом.</b> <i>спагетти, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-41, Калорийность-220	7-98
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	4-49
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
32	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-68	2-60
526	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-23, Жиры-20, Углеводы-99, Калорийность-620	68-98
<b>Обед</b>			
70	<b>Салат из красной фасоли</b> <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Калорийность-98	10-96
200	<b>Свекольник.</b> <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	14-64
10	<b>Сметана к I блюдам.</b>	Жиры-2, Калорийность-16	5-11
100	<b>Голубцы ленивые.</b> <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	36-49
160	<b>Картофельное пюре.</b> <i>картофель в/к, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-28, Калорийность-179	23-49
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
20	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	1-62
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	1-35
780	<b>Итого за Обед</b>	Белки-23, Жиры-20, Углеводы-99, Калорийность-706	100-05
780	<b>Итого за день</b>	Белки-47, Жиры-40, Углеводы-198, Калорийность-1 326	169-03

Бухгалтер-  
калькулятор  Дершина Т.П.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)
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Столичный" с солёным огурцом</b> <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-115	16-43
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <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	12-82
60/40	<b>Котлета мясная из куриного филе с морковью с соусом</b> <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, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-135	38-75
170	<b>Рис "Светофор" с морковью и горошком</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-12, Углеводы-33, Калорийность-265	20-62
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
23	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-49	1-86
24	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58	1-59
777	<b>Итого за Обед</b>	Белки-22, Жиры-32, Углеводы-108, Калорийность-818	98-46
<b>Полдник</b>			
50	<b>Булочка с повидлом и помадкой</b> <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, орешки сухие</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-28, Калорийность-190	7-43
150	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	17-82
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
400	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-67, Калорийность-354	35-33
400	<b>Итого за день</b>	Белки-26, Жиры-36, Углеводы-176, Калорийность-1 172	133-79

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.П.

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)
<b>Обед</b>			
68	<b>Салат из моркови</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-11, Калорийность-98	8-85
200	<b>Суп гороховый</b> <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	10-76
15	<b>Гренки из пше. хлеба</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	2-27
70/30	<b>Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом</b> <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-108	43-62
150/5	<b>Картофель отварной 150/5</b> <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	21-20
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-60	1-68
763	<b>Итого за Обед</b>	Белки-15, Жиры-17, Углеводы-109, Калорийность-644	98-46
<b>Полдник</b>			
100	<b>Кекс "Столичный" с изюмом</b> <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	22-84
200	<b>Чай б/с</b>		0-77
300	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	23-61
300	<b>Итого за день</b>	Белки-20, Жиры-35, Углеводы-171, Калорийность-1 068	122-07

Бухгалтер-  
калькулятор  Першина Т.П.Генеральный  
директор  Затонский Д.А.Согласовано  
Директор \_\_\_\_\_ МП

**Школа 7-11 (2 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цеп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)		
<b>Обед</b>					
70	<b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b> <i>свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-3, Калорийность-51	13-38		
200	<b>Суп гречневый с овощами</b> <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	10-42		
235	<b>Плов из свинины</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-16, Жиры-25, Углеводы-54, Калорийность-518	57-22		
200	<b>Компот из свежих яблок с лимоном ик</b> <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	14-11		
23	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-49	1-86		
22	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-53	1-47		
750	<b>Итого за Обед</b>	Белки-23, Жиры-33, Углеводы-115, Калорийность-864	98-46		
<b>Полдник</b>					
100	<b>Корж молочный</b> <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	12-19		
60	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-44, Калорийность-228	10-42		
200	<b>Кисель из к/ц плодового или ягодного</b> <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-36, Калорийность-134	7-12		
360	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-12, Жиры-17, Углеводы-151, Калорийность-795	29-73		
360	<b>Итого за день</b>	Белки-34, Жиры-50, Углеводы-266, Калорийность-1 659	128-19		
Бухгалтер- калькулятор	 Першина Т.П.	Генеральный директор	 Загонский 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)
<b>Обед</b>			
60	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-81	7-90
200	<b>Суп рыбный</b> <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101	18-90
110	<b>Шницель домашний (с соусом)</b> <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-15, Углеводы-13, Калорийность-227	45-28
150	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197	11-00
180	<b>Компот из кураги</b> <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-14, Калорийность-96	12-29
21	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	1-70
21	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	1-39
742	<b>Итого за Обед</b>	Белки-24, Жиры-27, Углеводы-101, Калорийность-798	98-46
<b>Полдник</b>			
50	<b>Булочка с посыпкой и изюмом</b> <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, изюм, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, ванилин</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-31, Калорийность-198	6-62
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
450	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-68, Калорийность-351	32-93
450	<b>Итого за день</b>	Белки-29, Жиры-34, Углеводы-170, Калорийность-1 149	131-39

Бухгалтер-  
калькулятор  Дершина Т.П.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)
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из красной фасоли</b> <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-3, Калорийность-84	9-40
200	<b>Свекольник.</b> <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	14-64
10	<b>Сметана к I блюдам.</b>	Жиры-2, Калорийность-16	5-11
100	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-109	51-36
160	<b>Спагетти отварные с маслом.</b> <i>спагетти, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-41, Калорийность-220	7-98
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
24	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-51	1-94
24	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58	1-64
778	<b>Итого за Обед</b>	Белки-29, Жиры-22, Углеводы-113, Калорийность-753	98-46
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка Российская</b> <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	12-32
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Напиток апельсиновый</b> <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-28
358	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-30
358	<b>Итого за день</b>	Белки-42, Жиры-38, Углеводы-223, Калорийность-1 402	129-76
	Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.	Генеральный директор  Загонский Д.А.	Согласовано Директор _____ МП

# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-78	9-03
250/5	<b>Каша молочная пшеничная с маслом</b> <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-8, Углеводы-47, Калорийность-300	22-92
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	<b>Какао с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	14-36
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
765	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-18, Жиры-12, Углеводы-136, Калорийность-720	74-11
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат "Столичный" с солёным огурцом</b> <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-16, Углеводы-5, Калорийность-191	27-39
250	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <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	16-03
60/40	<b>Котлета мясная из куриного филе с морковью с томатным соусом</b> <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, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-135	38-75
200	<b>Рис "Светофор" с морковью и горошком</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-14, Углеводы-39, Калорийность-311	24-25
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
25	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	2-02
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-60	1-68
900	<b>Итого за Обед</b>	Белки-26, Жиры-41, Углеводы-121, Калорийность-967	116-51
<b>Полдник</b>			
60	<b>Булочка с повидлом и помадкой</b> <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	8-92
150	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	17-82
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
410	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-73, Калорийность-392	36-82
410	<b>Итого за день</b>	Белки-50, Жиры-59, Углеводы-330, Калорийность-2 079	227-44

 Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.

 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)
<b>Завтрак</b>			
	<b>Котлета рыбная из горбуши</b>		
70/30	<b>"Школьная" с томатным соусом</b> <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-108	43-62
180/5	<b>Картофель отварной 180/5</b> <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, Калорийность-180	24-47
20	<b>Сушки</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	2-83
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-50
60	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29, Калорийность-128	4-85
565	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-14, Жиры-10, Углеводы-96, Калорийность-515	78-27
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из моркови</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-16, Калорийность-143	13-02
250	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-118	13-45
15	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	2-27
100	<b>Азу по-татарски</b> <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-13, Жиры-9, Углеводы-8, Калорийность-163	64-49
180	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-236	13-20
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
875	<b>Итого за Обед</b>	Белки-31, Жиры-26, Углеводы-124, Калорийность-862	118-53
<b>Полдник</b>			
100	<b>Кекс "Столичный" с изюмом</b> <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	22-84
51	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-4, Жиры-10, Углеводы-36, Калорийность-245	6-74
200	<b>Чай б/с</b>		0-77
351	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-9, Жиры-28, Углеводы-98, Калорийность-668	30-35
351	<b>Итого за день</b>	Белки-54, Жиры-64, Углеводы-319, Калорийность-2 044	227-15

Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.

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)
<b>Завтрак</b>			
270	<b>Плов из свинины</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-18, Жиры-29, Углеводы-62, Калорийность-595	65-74
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-13
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
575	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-24, Жиры-31, Углеводы-139, Калорийность-938	80-21
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b> <i>свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Калорийность-73	19-12
250	<b>Суп гречневый с овощами</b> <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	13-02
70/30	<b>Котлеты по-хлыновски с томатным соусом</b> <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	49-90
200	<b>Макаронны отварные с маслом.</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-47, Калорийность-251	13-29
200	<b>Компот из свежих яблок с лимоном ик</b> <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	14-11
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23
40	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-96	2-69
930	<b>Итого за Обед</b>	Белки-27, Жиры-26, Углеводы-137, Калорийность-896	115-36
<b>Полдник</b>			
100	<b>Корж молочный</b> <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	12-19
60	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-44, Калорийность-228	10-42
200	<b>Кисель из к/ц плодового или ягодного</b> <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-36, Калорийность-134	7-12
360	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-12, Жиры-17, Углеводы-151, Калорийность-795	29-73
360	<b>Итого за день</b>	Белки-63, Жиры-74, Углеводы-427, Калорийность-2 629	225-30

Бухгалтер-калькулятор  Нершина Т.П.Генеральный директор  Зайтонский Д.А.Согласовано  
Директор \_\_\_\_\_ МП

14.03.2024, 1чт

# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
130	<b>Шницель домашний (с соусом)</b> <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-12, Жиры-18, Углеводы-15, Калорийность-269	53-51
200	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-42, Калорийность-262	14-67
200	<b>Чай с вареньем из черной смородины</b> <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	8-18
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
580	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-24, Жиры-26, Углеводы-86, Калорийность-700	80-40
<b>Обед</b>			
100	<b>Винегрет овощной</b> <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	13-17
250	<b>Суп рыбный</b> <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-127	23-63
70/30	<b>Митболы с томатным соусом</b> <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-10, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-145	42-94
200	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-23, Жиры-6, Углеводы-53, Калорийность-357	11-79
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106	13-65
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
910	<b>Итого за Обед</b>	Белки-44, Жиры-25, Углеводы-136, Калорийность-1 007	109-62
<b>Полдник</b>			
60	<b>Булочка с посыпкой и изюмом</b> <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, изюм, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, ванилин</i>	Белки-5, Жиры-8, Углеводы-37, Калорийность-237	7-94
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
460	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-74, Калорийность-391	34-25
460	<b>Итого за день</b>	Белки-74, Жиры-58, Углеводы-296, Калорийность-2 098	224-27

Бухгалтер-калькулятор  Пешина Т.П.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)
<b>Завтрак</b>			
120	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-15, Жиры-12, Углеводы-4, Калорийность-130	61-63
200	<b>Спагетти отварные с маслом.</b> <i>спагетти, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-4, Углеводы-51, Калорийность-275	9-98
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	4-49
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
604	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-29, Жиры-23, Углеводы-118, Калорийность-735	82-69
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из красной фасоли</b> <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-6, Калорийность-140	15-66
250	<b>Свекольник.</b> <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	18-30
10	<b>Сметана к I блюдам.</b>	Жиры-2, Калорийность-16	5-11
110	<b>Голубцы ленивые.</b> <i>капуста в/к, фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное</i>	Белки-10, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-118	40-14
180	<b>Картофельное пюре.</b> <i>картофель в/к, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31, Калорийность-201	26-42
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
910	<b>Итого за Обед</b>	Белки-29, Жиры-23, Углеводы-117, Калорийность-850	116-46
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка Российская</b> <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	12-32
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Напиток апельсиновый</b> <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-28
358	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-30
358	<b>Итого за день</b>	Белки-71, Жиры-63, Углеводы-346, Калорийность-2 235	230-45

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный  
директор

Затоцкий 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)
<b>Завтрак</b>			
80/20	<b>Чиполлетти из говядины с томатным соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари пашировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень</i>	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-145	<b>40-88</b>
200	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299	<b>19-61</b>
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	<b>7-46</b>
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	<b>4-04</b>
<b>550</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>Белки-23, Жиры-16, Углеводы-98, Калорийность-616</b>	<b>71-99</b>
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат Здоровье</b> <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	<b>18-25</b>
250	<b>Суп крестьянский с крупой</b> <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	<b>9-41</b>
110	<b>Биточек припущенный из птицы</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-2, Углеводы-11, Калорийность-119	<b>57-38</b>
200	<b>Каша перловая рассыпчатая с овощами</b> <i>крупа перловая, морковь в/к, масло подсолнечное, масло сливочное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-11, Углеводы-28, Калорийность-250	<b>11-34</b>
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	<b>8-77</b>
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	<b>3-23</b>
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-96	<b>2-69</b>
<b>940</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>Белки-30, Жиры-26, Углеводы-117, Калорийность-886</b>	<b>111-07</b>
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка школьная</b> <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-9, Жиры-3, Углеводы-66, Калорийность-324	<b>7-62</b>
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	<b>6-30</b>
200	<b>Варенец</b>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-102	<b>34-72</b>
<b>350</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>Белки-17, Жиры-9, Углеводы-112, Калорийность-601</b>	<b>48-64</b>
<b>350</b>	<b>Итого за день</b>	<b>Белки-70, Жиры-51, Углеводы-327, Калорийность-2104</b>	<b>231-70</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный  
директор

Затопский 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)
<b>Завтрак</b>			
60	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-78	9-03
200/5	<b>Каша молочная пшеничная с маслом</b> <i>молоко 2.5%, крупа пшени, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-247	19-29
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
190	<b>Какао с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-135	13-64
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23
<b>Завтрак2</b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200	<b>Чай б/с</b>		0-77
945	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-18, Жиры-13, Углеводы-159, Калорийность-814	76-02
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Столичный" с солёным огурцом</b> <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-115	16-43
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <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	12-82
60/40	<b>Котлета мясная из куриного филе с морковью с томатным соусом</b> <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, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-135	38-75
170	<b>Рис "Светофор" с морковью и горошком</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-12, Углеводы-33, Калорийность-265	20-62
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
23	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-49	1-86
24	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58	1-62
<b>Полдник</b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200	<b>Чай б/с</b>		0-77
1 027	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-25, Жиры-34, Углеводы-146, Калорийность-994	105-56

Бухгалтер-  
калькулятор  Першина Т.П.Генеральный  
директор  Загонский 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)
<b>Завтрак</b>			
60/40	<b>Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом</b> <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-101	38-43
150/5	<b>Картофель отварной</b> <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	21-20
20	<b>Сушки</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	2-83
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-50
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
<b>Завтрак 2</b>			
20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	3-47
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
745	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-14, Жиры-11, Углеводы-115, Калорийность-598	75-02
<b>Обед</b>			
68	<b>Салат из моркови</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-11, Калорийность-98	8-85
200	<b>Суп гороховый</b> <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	10-76
15	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	2-27
70/30	<b>Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом</b> <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-108	43-62
150/5	<b>Картофель отварной</b> <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	21-20
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-60	1-68
<b>Полдник</b>			
20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	3-47
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
983	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-17, Жиры-18, Углеводы-139, Калорийность-780	104-48

Бухгалтер-калькулятор

Першина Т.П.

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
224	<b>Плов из свинины</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-15, Жиры-24, Углеводы-52, Калорийность-494	54-54
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-13
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
<b><u>Завтрак2</u></b>			
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	4-49
200	<b>Чай б/с</b>		0-77
763	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-24, Жиры-33, Углеводы-152, Калорийность-1 000	74-27
<b><u>Обед</u></b>			
70	<b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b> <i>свекла в/к, горошек зелёный, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-3, Калорийность-51	13-38
200	<b>Суп гречневый с овощами</b> <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	10-42
235	<b>Плов из свинины</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-16, Жиры-25, Углеводы-54, Калорийность-518	57-22
200	<b>Компот из свежих яблок с лимоном шк</b> <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	14-11
23	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-49	1-86
22	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-53	1-48
<b><u>Полдник</u></b>			
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	4-49
200	<b>Чай б/с</b>		0-77
984	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-25, Жиры-40, Углеводы-139, Калорийность-1 027	103-73

Бухгалтер-  
калькулятор  Першина Т.П.Генеральный  
директор  Загонский Д.А.Согласовано  
Директор \_\_\_\_\_ МП

# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
110	<b>Шницель домашний (с соусом)</b> <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-15, Углеводы-13, Калорийность-227	45-28
160	<b>Каша гречневая (рассыпчатая)</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	11-73
200	<b>Чай с вареньем из черной смородины</b> <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	8-18
47	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22, Калорийность-100	3-80
<b><u>Завтрак2</u></b>			
20	<b>Сушки</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	2-83
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
737	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-22, Жиры-22, Углеводы-103, Калорийность-728	74-37
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-81	7-90
200	<b>Суп рыбный</b> <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101	18-90
110	<b>Шницель домашний (с соусом)</b> <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-15, Углеводы-13, Калорийность-227	45-28
150	<b>Каша гречневая (рассыпчатая)</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197	11-00
180	<b>Компот из кураги</b> <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-14, Калорийность-96	12-29
21	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	1-70
21	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	1-41
<b><u>Полдник</u></b>			
20	<b>Сушки</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	2-83
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
962	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-26, Жиры-28, Углеводы-130, Калорийность-926	103-86

Бухгалтер-калькулятор Першина Т.П.

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
100	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-109	51-36
160	<b>Спагетти отварные с маслом.</b> <i>спагетти, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-41, Калорийность-220	7-98
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	4-49
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
32	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-68	2-59
<b><u>Завтрак2</u></b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200	<b>Чай б/с</b>		0-77
776	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-26, Жиры-22, Углеводы-137, Калорийность-796	76-04
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из красной фасоли</b> <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-3, Калорийность-84	9-40
200	<b>Свекольник.</b> <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	14-64
10	<b>Сметана к I блюдам.</b>	Жиры-2, Калорийность-16	5-11
100	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-109	51-36
160	<b>Спагетти отварные с маслом.</b> <i>спагетти, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-41, Калорийность-220	7-98
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
24	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-51	1-94
24	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58	1-62
<b><u>Полдник</u></b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200	<b>Чай б/с</b>		0-77
1 028	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-32, Жиры-23, Углеводы-151, Калорийность-928	105-51
Бухгалтер-калькулятор	Першина Т.П.	Генеральный директор	МП
		Затонский Д.А.	Согласовано Директор

# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цеп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
80/20	<b>Чиполлетти из говядины с соусом</b> <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-10, Калорийность-145	40-88
190	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-49, Калорийность-284	18-63
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	7-46
25	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	2-02
<b><u>Завтрак2</u></b>			
30	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	5-21
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-13
750	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-23, Жиры-17, Углеводы-121, Калорийность-723	78-33
<b><u>Обед</u></b>			
90	<b>Салат Здоровье</b> <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	16-43
200	<b>Суп крестьянский с крупой</b> <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	7-53
80/30	<b>Чиполлетти из говядины с соусом</b> <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-6, Углеводы-9, Калорийность-133	41-61
200	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299	19-61
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	8-77
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
31	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-75	2-09
<b><u>Полдник</u></b>			
30	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	5-21
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-13
1 096	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-29, Жиры-27, Углеводы-165, Калорийность-1 064	107-80
Бухгалтер- калькулятор	Першина Т.П.	Генеральный директор	Затонский Д.А.
			Согласовано Директор
			МП