

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-1, Жиры-1, Углеводы-8,02 Калорийность-39,8	9-03
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-218,81	18-14
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-22,6, Калорийность-93,6	23-76
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	14-23
47	Хлеб пшеничный	Белки-3,57, Жиры-1, Углеводы-21,42 Калорийность-105	3-82
712	Итого за Завтрак	Белки-16, Жиры-15, Углеводы-87, Калорийность-546	68-98
Обед			
70	Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5,93, Жиры-5,88, Углеводы-3,42, Калорийность-90,32	19-17
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	12-86
100	Котлета из куриного филе с морковью с соусом томатным <i>филе 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-8,89, Углеводы-11,96, Калорийность-162,49	40-20
180	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5,13, Жиры-10,7, Углеводы-33,05, Калорийность-249,02	21-83
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29,24, Калорийность-119,88	6-39
40	Хлеб пшеничный	Белки-3,04, Углеводы-19,08, Калорийность-92,71	3-23
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2,31, Углеводы-14,7, Калорийность-70,2	2-02
820	Итого за Обед	Белки-26, Жиры-28, Углеводы-120, Калорийность-838	105-70
820	Итого за день	Белки-42, Жиры-43, Углеводы-207, Калорийность-1383	174-68

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

100	Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом томатным <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-10,54, Жиры-11,64, Углеводы-16,72, Калорийность-216,8	38-38
150/5	Картофель отварной 150/5 <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,23, Жиры-8,27, Углеводы-26,13, Калорийность-191,87	21-25
20	Сушки	Белки-1,76, Углеводы-11,2 Калорийность-54,72	2-83
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-7,56, Калорийность-30,32	2-50
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4,03, Жиры-1, Углеводы-25,28 Калорийность-123	4-02
525	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-20, Углеводы-84, Калорийность-593	68-98

Обед

60	Салат из моркови "По-корейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3,05, Углеводы-4,69 Калорийность-49,25	6-60
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4,78, Жиры-1,6, Углеводы-15,2. Калорийность-94,32	10-80
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1,14, Углеводы-7,35, Калорийность-35,04	2-27
90	Азу по-татарски <i>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-10,27, Жиры-11,52, Углеводы-6,9, Калорийность-172,36	58-05
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6,03, Жиры-5,79, Углеводы-33,42, Калорийность-209,91	11-79
200	Сок фруктовый	Углеводы-22,6, Калорийность-93,54	10-08
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1,54, Углеводы-9,8, Калорийность-46,8	1-35
745	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-23, Углеводы-100, Калорийность-701	100-94
745	Итого за день	Белки-45, Жиры-43, Углеводы-184, Калорийность-1294	169-92

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный
директор

Зитонский 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			
224	Плов из свинины <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	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-13
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-01
Итого за Завтрак		Белки-21, Жиры-26, Углеводы-129, Калорийность-837	68-98
529			
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	8-56
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	10-45
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-13, Жиры-11, Углеводы-9, Калорийность-191	56-73
180	Макароны отварные с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-42, Калорийность-226	12-02
200	Компот из свежих яблок с лимоном <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	14-11
35	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-75	2-83
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
Итого за Обед		Белки-26, Жиры-28, Углеводы-129, Калорийность-852	106-72
815			
Итого за день		Белки-47, Жиры-54, Углеводы-257, Калорийность-1 689	175-70
815			

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			
110	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-15, Углеводы-13, Калорийность-227	45-30
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	11-79
200	Чай с вареньем из черной смородины <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	8-18
46	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22, Калорийность-98	3-71
516	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-21, Углеводы-73, Калорийность-598	68-98
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	9-22
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	18-90
110	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-15, Углеводы-13, Калорийность-227	45-30
180	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321	10-67
200	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106	13-65
21	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	1-70
20	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	1-35
801	Итого за Обед	Белки-39, Жиры-28, Углеводы-120, Калорийность-944	100-79
801	Итого за день	Белки-59, Жиры-50, Углеводы-193, Калорийность-1 542	169-77

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшова 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			
90	Гуляш из филе кур <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-98	49-57
190	Спагетти отварные с маслом <i>спагетти, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-4, Углеводы-49, Калорийность-261	9-53
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	4-49
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
35	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-75	2-84
549	Итого за Завтрак	Белки-24, Жиры-20, Углеводы-107, Калорийность-657	68-98
Обед			
70	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Калорийность-98	10-96
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	14-68
10	Сметана к I блюдам	Жиры-2, Калорийность-16	4-71
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	36-51
160	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-28, Калорийность-179	23-23
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
800	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-20, Углеводы-109, Калорийность-751	100-92
800	Итого за день	Белки-48, Жиры-40, Углеводы-216, Калорийность-1 408	169-90

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева 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)
<u>Обед</u>			
60	Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом <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	Бориц 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	12-86
100	Комлета из куриного филе 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, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-135	40-20
160	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-31, Калорийность-249	19-40
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
21	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	1-70
22	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-53	1-48
763	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-32, Углеводы-104, Калорийность-794	98-46
<u>Полдник</u>			
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-3, Жиры-4, Углеводы-28, Калорийность-190	7-43
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
450	Итого за Полдник	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-73, Калорийность-377	41-27
450	Итого за день	Белки-26, Жиры-36, Углеводы-178, Калорийность-1170	139-73

Бухгалтер-калькулятор

Мальшева Н.М.

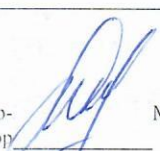

Генеральный директор

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			
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	8-80
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	10-80
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	2-27
100	Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом томатным <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-108	43-56
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	21-25
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
25	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-60	1-70
775	Итого за Обед	Белки-16, Жиры-15, Углеводы-104, Калорийность-613	98-46
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	22-84
200	Чай б/с		0-77
300	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	23-61
300	Итого за день	Белки-20, Жиры-33, Углеводы-167, Калорийность-1 036	122-07
Бухгалтер-калькулятор	 Малышева 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


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	12-23
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	10-45
240	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-16, Жиры-26, Углеводы-55, Калорийность-529	58-44
200	Компот из свежих яблок с лимоном <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	14-11
21	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	1-70
23	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-55	1-53
784	Итого за Обед	Белки-23, Жиры-41, Углеводы-126, Калорийность-959	98-46

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	12-06
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	7-12
360	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-17, Углеводы-151, Калорийность-795	29-60
360	Итого за день	Белки-35, Жиры-58, Углеводы-277, Калорийность-1 754	128-06

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

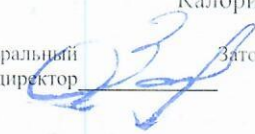
МП

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
80	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-8, Углеводы-8, Калорийность-109	10-54
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	18-90
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	41-18
180	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321	10-67
200	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106	13-65
23	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-49	1-84
25	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-60	1-68
808	Итого за Обед	Белки-39, Жиры-28, Углеводы-123, Калорийность-953	98-46
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-5, Жиры-6, Углеводы-31, Калорийность-198	6-63
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
450	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-68, Калорийность-351	32-94
450	Итого за день	Белки-44, Жиры-34, Углеводы-191, Калорийность-1 305	131-40

Бухгалтер-
калькулятор

Мальничева 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)
<u>Обед</u>			
70	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Калорийность-98	10-96
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	14-68
10	Сметана к I блюдам	Жиры-2, Калорийность-16	4-71
90	Гуляш из филе кур <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-98	49-57
160	Спагетти отварные с маслом <i>спагетти, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-41, Калорийность-220	8-02
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
28	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-60	2-25
28	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	1-88
786	Итого за Обед	Белки-29, Жиры-22, Углеводы-116, Калорийность-774	98-46
<u>Полдник</u>			
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	12-32
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	Напиток апельсиновый <i>сахар-песок, апельсины</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-28
358	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-30
358	Итого за день	Белки-43, Жиры-38, Углеводы-227, Калорийность-1 423	129-76

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.


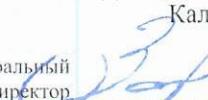
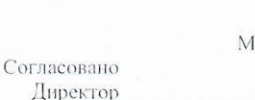
Генеральный
директор

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			
60	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-78	9-03
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	21-47
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	Кофейный напиток с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-94	14-23
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	72-53
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	27-39
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	16-08
100	Котлета из куриного филе 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, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-135	40-20
200	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-14, Углеводы-39, Калорийность-311	24-25
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
25	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	2-02
25	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-60	1-68
900	Итого за Обед	Белки-26, Жиры-41, Углеводы-121, Калорийность-967	118-01
Полдник			
60	Булочка с повидлом и помадкой <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, орешки сухие</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-34, Калорийность-228	8-92
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
460	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-79, Калорийность-415	42-76
460	Итого за день	Белки-48, Жиры-58, Углеводы-329, Калорийность-2 055	233-30
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)
<u>Завтрак</u>			
120	Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом томатным <small>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</small>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-18, Калорийность-127	50-19
180/5	Картофель отварной <small>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, Калорийность-180	24-52
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	2-83
200	Чай фруктовый <small>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</small>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-50
60	Хлеб пшеничный	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29, Калорийность-128	4-85
585	Итого за Завтрак	Белки-14, Жиры-11, Углеводы-99, Калорийность-533	84-89
<u>Обед</u>			
100	Салат из моркови "По-корейски" <small>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</small>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-82	11-00
250	Суп гороховый <small>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-6, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-118	13-50
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	2-27
100	Азу по-татарски <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, Жиры-9, Углеводы-8, Калорийность-163	64-50
180	Каша гречневая <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-236	13-26
180	Сок фруктовый	Углеводы-20, Калорийность-84	9-07
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
885	Итого за Обед	Белки-33, Жиры-23, Углеводы-129, Калорийность-855	118-04
<u>Полдник</u>			
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-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	22-84
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	30-35
351	Итого за день	Белки-56, Жиры-62, Углеводы-326, Калорийность-2 057	233-28

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 свинины <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	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30		
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-13		
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04		
575	Итого за Завтрак	Белки-24, Жиры-31, Углеводы-139, Калорийность-938	80-21		
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	12-23		
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	13-06		
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</i>	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-9, Калорийность-174	50-55		
200	Макаронные изделия с маслом <i>макаронные изделия (бесовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-47, Калорийность-251	13-36		
200	Компот из свежих яблок с лимоном <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	14-11		
40	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23		
40	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-96	2-69		
930	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-32, Углеводы-147, Калорийность-960	109-23		
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	12-06		
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	7-12		
360	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-17, Углеводы-151, Калорийность-795	29-60		
360	Итого за день	Белки-63, Жиры-80, Углеводы-437, Калорийность-2 693	219-04		
Бухгалтер- калькулятор	 Мальшева Н.М.	Генеральный директор	Затонский Д.А.  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			
130	Шницель домашний (с соусом) <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари пашировочные, 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	53-53
200	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-42, Калорийность-262	14-73
200	Чай с вареньем из черной смородины <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	8-18
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
580	Итого за Завтрак	Белки-24, Жиры-26, Углеводы-86, Калорийность-700	80-48
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	13-17
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	23-63
120	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, Жиры-9, Углеводы-9, Калорийность-169	49-50
200	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-23, Жиры-6, Углеводы-53, Калорийность-357	11-85
200	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106	13-65
35	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-75	2-83
35	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-84	2-36
940	Итого за Обед	Белки-46, Жиры-26, Углеводы-142, Калорийность-1 054	116-99
Полдник			
60	Булочка с посыпкой и изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, изюм, масло сливочное, соль йодированная, орешки сухие, ванилин</i>	Белки-5, Жиры-8, Углеводы-37, Калорийность-237	7-95
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
460	Итого за Полдник	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-74, Калорийность-391	34-26
460	Итого за день	Белки-76, Жиры-60, Углеводы-303, Калорийность-2 145	231-73

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшова 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			
120	Гуляш из филе кур <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	66-10
200	Спагетти отварные с маслом <i>спагетти, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-4, Углеводы-51, Калорийность-275	10-03
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	4-49
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
604	Итого за Завтрак	Белки-29, Жиры-23, Углеводы-118, Калорийность-735	87-21
Обед			
100	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-6, Калорийность-140	15-66
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	18-35
10	Сметана к I блюдам	Жиры-2, Калорийность-16	4-71
110	Голубцы ленивые <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	40-16
180	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31, Калорийность-201	26-14
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
40	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23
40	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-96	2-69
930	Итого за Обед	Белки-30, Жиры-24, Углеводы-127, Калорийность-895	117-33
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	12-32
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	10-28
358	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-30
358	Итого за день	Белки-72, Жиры-63, Углеводы-355, Калорийность-2 280	235-84
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	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-10, Калорийность-145	40-89
200	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299	19-69
200	Чай с молоком <i>молоко 2,5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	6-85
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
550	Итого за Завтрак	Белки-23, Жиры-16, Углеводы-98, Калорийность-616	71-47
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	18-25
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	9-41
110	Биточек припущенный из птицы <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-2, Углеводы-11, Калорийность-119	60-21
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	11-39
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	8-77
40	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23
40	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-96	2-69
940	Итого за Обед	Белки-30, Жиры-26, Углеводы-117, Калорийность-886	113-95
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	7-65
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	45-12
350	Итого за день	Белки-70, Жиры-51, Углеводы-327, Калорийность-2104	230-54
Бухгалтер-калькулятор	 Малышева Н.М.	Генеральный директор	 Затонский Д.А.
		Согласовано	МП
		Директор	

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

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

Завтрак

60	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-78	
200/5	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2,5%, крупа пшени, 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	
47	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22, Калорийность-100	

Завтрак2

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

962	Итого за 1-я смена	Белки-17, Жиры-12, Углеводы-157, Калорийность-788	78-30
-----	---------------------------	---	-------

Обед

60	Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-115	
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	
100	Котлета из куриного филе 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, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-135	
160	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-31, Калорийность-249	
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	
21	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	
22	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-53	

Полдник

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

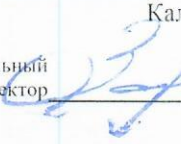
1 013	Итого за 2-я смена	Белки-24, Жиры-33, Углеводы-142, Калорийность-969	108-07
-------	---------------------------	---	--------

Бухгалтер-калькулятор



Мальшова Н.М.

Генеральный директор



Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

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

Завтрак

Котлета рыбная из горбуши

100 "Школьная" с соусом

Белки-3, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-101

томатным

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

150/5 Картофель отварной

Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156

картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная

20 Сушки

Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68

200 Чай фруктовый

Углеводы-8, Калорийность-30

сахар-песок, яблоко, чай черный лист

50 Хлеб пшеничный

Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107

Завтрак2

20 Печенье "Мария"

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

200 Чай с сахаром

Углеводы-15, Калорийность-60

сахар-песок, чай черный лист

745

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

78-30

Обед

80 Салат из моркови "Покорейски"

Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-66

морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная

200 Суп гороховый

Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94

картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная

15 Гренки из пш. хлеба

Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35

Котлета рыбная из горбуши

100 "Школьная" с соусом

Белки-3, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-108

томатным

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

150/5 Картофель отварной

Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156

картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная

200 Сок фруктовый

Углеводы-23, Калорийность-94

25 Хлеб ржано-пшеничный

Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-60

Полдник

20 Печенье "Мария"

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

200 Чай с сахаром

Углеводы-15, Калорийность-60

сахар-песок, чай черный лист

995

Итого за 2-я смена Белки-17, Жиры-16, Углеводы-134,
Калорийность-749

108-07

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

224	Плов из свинины <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	
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	

Завтрак2

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

763	Итого за 1-я смена	Белки-24, Жиры-33, Углеводы-152, Калорийность-1 000	78-30
-----	---------------------------	---	-------

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	
240	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-16, Жиры-26, Углеводы-55, Калорийность-529	
200	Компот из свежих яблок с лимоном <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	
21	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	
23	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-55	

Полдник

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

1 018	Итого за 2-я смена	Белки-26, Жиры-47, Углеводы-150, Калорийность-1 122	108-70
-------	---------------------------	---	--------

Бухгалтер-калькулятор



Малышева Н.М.

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)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

110 **Шницель домашний(с соусом)** Белки-10, Жиры-15, Углеводы-13, Калорийность-227
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 **Каша гречневая** Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210
крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная

200 **Чай с вареньем из черной смородины** Углеводы-5, Калорийность-63
варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист

46 **Хлеб пшеничный** Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22, Калорийность-98

Завтрак2

20 **Сушки** Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68

200 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-60
сахар-песок, чай черный лист

736 **Итого за 1-я смена** Белки-22, Жиры-22, Углеводы-102, Калорийность-726 **78-30**

Обед

80 **Винегрет овощной** Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-109
картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная

200 **Суп рыбный** Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101
картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная

100 **Шницель домашний(с соусом)** Белки-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207
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

180 **Гороховое пюре** Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321
крупа горох, масло сливочное, соль йодированная

200 **Компот из кураги** Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106
курага, сахар-песок

23 **Хлеб пшеничный** Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-49

25 **Хлеб ржано- пшеничный** Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-60

Полдник

20 **Сушки** Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68

200 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-60
сахар-песок, чай черный лист

1 028 **Итого за 2-я смена** Белки-41, Жиры-28, Углеводы-152, Калорийность-1 081 **108-07**

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный
директор

Зятовский 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

90	Гуляш из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-98	
190	Спагетти отварные с маслом спагетти, масло сливочное, соль йодированная	Белки-7, Жиры-4, Углеводы-49, Калорийность-261	
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	
35	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-75	

Завтрак2

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

799	Итого за 1-я смена	Белки-26, Жиры-22, Углеводы-145, Калорийность-832	78-30
-----	---------------------------	---	-------

Обед

70	Салат из красной фасоли фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная	Белки-5, Жиры-4, Калорийность-98	
200	Свекольник свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-95	
10	Сметана к I блюдам	Жиры-2, Калорийность-16	
90	Гуляш из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-98	
160	Спагетти отварные с маслом спагетти, масло сливочное, соль йодированная	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-41, Калорийность-220	
200	Компот из сухофруктов смесь сухофруктов, сахар-песок	Углеводы-29, Калорийность-120	
28	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-60	
28	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	

Полдник

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

1 036	Итого за 2-я смена	Белки-32, Жиры-23, Углеводы-154, Калорийность-949	108-07
-------	---------------------------	---	--------

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	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-10, Калорийность-145	
190	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-49, Калорийность-284	
200	Чай с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	
31	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-66	
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	
756	Итого за 1-я смена	Белки-23, Жиры-17, Углеводы-124, Калорийность-736	78-30
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	
28	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-60	
32	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-16, Калорийность-77	
Полдник			
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	
1 095	Итого за 2-я смена	Белки-29, Жиры-27, Углеводы-165, Калорийность-1 062	108-07
Бухгалтер-калькулятор	 Малышева Н.М.	Генеральный директор	Согласовано Директор  Затонский Д.А.
			МП