

**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>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	2-60
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  Малышева Н.М.Генеральный  
директор  Затовский 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>Чиполлетти из говядины с соусом</b> <i>фарш из говядины (подуфабрикат), 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-12, Жиры-6, Углеводы-10, Калорийность-145	<b>40-88</b>
190	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-49, Калорийность-284	<b>18-63</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>
25	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	<b>2-01</b>
515	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-20, Жиры-15, Углеводы-84, Калорийность-548	<b>68-98</b>
<b>Обед</b>			
80	<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-5, Углеводы-8, Калорийность-84	<b>14-60</b>
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	<b>7-53</b>
100	<b>Биточек припущенный из птицы</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-108	<b>52-17</b>
190	<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-10, Углеводы-27, Калорийность-238	<b>10-77</b>
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	<b>8-77</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>
810	<b>Итого за Обед</b>	Белки-25, Жиры-23, Углеводы-91, Калорийность-727	<b>96-81</b>
810	<b>Итого за день</b>	Белки-45, Жиры-38, Углеводы-174, Калорийность-1 276	<b>165-79</b>

Бухгалтер-калькулятор  Малышева Н.М.Генеральный директор  Загородный Д.А.Согласовано \_\_\_\_\_ МП  
Директор \_\_\_\_\_



**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>			
10/20	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-88	10-96
200/5	<b>Каша молочная рисовая</b> <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Калорийность-263	24-00
190	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-89	22-57
200	<b>Кофейный напиток с молоком сгущенным</b> <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</i>	Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-71	9-75
21	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	1-70
646	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-13, Жиры-12, Углеводы-55, Калорийность-556	68-98
<b>Обед</b>			
70	<b>Огурцы соленые</b>	Белки-2, Углеводы-1, Калорийность-12	12-18
200	<b>Суп с домашней лапшой</b> <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	5-52
220	<b>Говядина тушеная с картофелем</b> <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-24, Жиры-18, Углеводы-26, Калорийность-356	66-77
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	1-35
740	<b>Итого за Обед</b>	Белки-31, Жиры-26, Углеводы-80, Калорийность-677	98-32
740	<b>Итого за день</b>	Белки-44, Жиры-39, Углеводы-135, Калорийность-1 233	167-30

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

**Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</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 с/2, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-15, Углеводы-13, Калорийность-227	45-28
170	<b>Макароны отварные.</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-51, Калорийность-277	10-76
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-10, Калорийность-41	3-54
38	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-81	3-10
573	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-23, Жиры-22, Углеводы-130, Калорийность-801	68-98
<b>Обед</b>			
70	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <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	<b>Рассольник ленинградский.</b> <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-91	13-83
120	<b>Печень по-строгановски</b> <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-11, Углеводы-8, Калорийность-187	46-08
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>Компот из апельсинов</b> <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-31
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
790	<b>Итого за Обед</b>	Белки-26, Жиры-28, Углеводы-96, Калорийность-748	99-48
790	<b>Итого за день</b>	Белки-50, Жиры-50, Углеводы-226, Калорийность-1 549	168-46

Бухгалтер-калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный директор

Зайцевский 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>			
75	<b>Митболыс 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-8, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-112	33-48
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
58	<b>Печенье Овсяное.</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
38	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-81	3-05
526	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-18, Жиры-15, Углеводы-88, Калорийность-549	68-98
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из моркови "Покорейски"</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-49	6-60
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
10	<b>Сметана к I блюдам.</b>	Жиры-2, Калорийность-16	5-11
200	<b>Плов из говядины</b> <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (сулян), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-22, Жиры-5, Углеводы-39, Калорийность-289	59-10
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
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
710	<b>Итого за Обед</b>	Белки-28, Жиры-13, Углеводы-97, Калорийность-616	96-68
710	<b>Итого за день</b>	Белки-45, Жиры-28, Углеводы-185, Калорийность-1164	165-66

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)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Котлета домашняя 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-9, Жиры-14, Углеводы-10, Калорийность-204	42-14
175	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-12, Углеводы-43, Калорийность-304	20-56
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-50
47	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22, Калорийность-100	3-78
522	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-18, Жиры-27, Углеводы-83, Калорийность-639	68-98
<b>Обед</b>			
80	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленые, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-109	10-54
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
20	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	3-03
100	<b>Гуляш из свинины</b> <i>свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-180	58-38
150	<b>Макаронны отварные.</b> <i>макаронные изделия (бесовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-4, Углеводы-45, Калорийность-244	9-49
200	<b>Напиток из шиповника</b> <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133	6-41
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	1-35
770	<b>Итого за Обед</b>	Белки-32, Жиры-25, Углеводы-123, Калорийность-854	99-96
770	<b>Итого за день</b>	Белки-50, Жиры-52, Углеводы-206, Калорийность-1 493	168-94

Бухгалтер-  
калькулятор  Малышева Н.М.

Генеральный  
директор  Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор \_\_\_\_\_

МП



## Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Котлета рыбная из минтая с соусом сливочно-томатным</b> <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное /молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-8, Калорийность-176	38-15
165	<b>Картофельное пюре.</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29, Калорийность-185	24-22
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	3-54
38	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-81	3-07
508	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-18, Жиры-18, Углеводы-65, Калорийность-483	68-98
<b>Обед</b>			
90	<b>Салат "Степной".</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-94	15-75
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
100	<b>Фрикадельки из говядины в соусе</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное с2, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12, Калорийность-184	37-76
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 свежих яблок</b> <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-19, Калорийность-76	8-85
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
790	<b>Итого за Обед</b>	Белки-35, Жиры-25, Углеводы-116, Калорийность-826	82-29
790	<b>Итого за день</b>	Белки-54, Жиры-43, Углеводы-181, Калорийность-1309	151-27

Бухгалтер-калькулятор Мальцева Н.М.Генеральный директор Затонский Д.А.Согласовано  
Директор \_\_\_\_\_

МП

24.02.2024, 2сб

## Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
70	<b>Салат из белокочанной капусты с маслом</b> <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, Калорийность-57	8-13
185	<b>Плов из говядины</b> <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к (сорт гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-20, Жиры-5, Углеводы-36, Калорийность-267	54-67
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
45	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21, Калорийность-96	3-63
500	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-25, Жиры-9, Углеводы-78, Калорийность-480	68-98
<b>Обед</b>			
80	<b>Огурцы свежие</b>	Белки-1, Углеводы-2, Калорийность-12	26-30
200	<b>Суп с домашней лапшой</b> <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	5-52
90	<b>Биточек припущенный из птицы</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-2, Углеводы-9, Калорийность-97	46-95
150	<b>Перловка с овощами</b> <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-7, Углеводы-32, Калорийность-214	6-22
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
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
780	<b>Итого за Обед</b>	Белки-23, Жиры-18, Углеводы-101, Калорийность-657	99-51
780	<b>Итого за день</b>	Белки-48, Жиры-27, Углеводы-179, Калорийность-1 137	168-49

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)
<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>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
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	1-96
24	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58	1-62
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-1402	129-76

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затоновский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

## Школа 7-11 (2 смена)

№2  
5611077285

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</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
110	<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-11, Калорийность-151	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
861	<b>Итого за Обед</b>	Белки-27, Жиры-25, Углеводы-128, Калорийность-889	98-46
<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	7-62
200	<b>Варенец</b>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-102	34-72
300	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-15, Жиры-8, Углеводы-74, Калорийность-426	42-34
300	<b>Итого за день</b>	Белки-41, Жиры-33, Углеводы-201, Калорийность-1 315	140-80

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)
<b>Обед</b>			
70	<b>Огурцы соленые</b>	Белки-2, Углеводы-1, Калорийность-12	12-18
200	<b>Суп с домашней лапшой</b> <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	5-52
220	<b>Говядина тушеная с картофелем</b> <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1сорт (дулян), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-24, Жиры-18, Углеводы-26, Калорийность-356	66-77
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
31	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-66	2-50
21	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	1-41
742	<b>Итого за Обед</b>	Белки-32, Жиры-26, Углеводы-81, Калорийность-681	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-36, Жиры-45, Углеводы-143, Калорийность-1 105	122-07

Бухгалтер-  
калькулятор  Малышева Н.М.

Генеральный  
директор  Загонекхий 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>			
70	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-96	<b>8-56</b>
200	<b>Рассольник ленинградский .</b> <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-91	<b>13-83</b>
120	<b>Печень по-строгановски</b> <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-11, Углеводы-8, Калорийность-187	<b>46-08</b>
155	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32, Калорийность-203	<b>11-37</b>
180	<b>Компот из апельсинов</b> <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-14, Калорийность-66	<b>14-68</b>
26	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-55	<b>2-12</b>
27	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-65	<b>1-82</b>
<b>778</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-27, Жиры-28, Углеводы-100, Калорийность-764	<b>98-46</b>
<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	<b>12-32</b>
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	<b>8-70</b>
200	<b>Напиток апельсиновый</b> <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	<b>10-28</b>
<b>358</b>	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	<b>31-30</b>
<b>358</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-40, Жиры-44, Углеводы-210, Калорийность-1 413	<b>129-76</b>
Бухгалтер- калькулятор <u>                    </u>	Мальшева Н.М.	Генеральный директор <u>                    </u>	Согласовано Директор <u>                    </u> 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>			
77	<b>Салат из моркови "Покорейски"</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-63	8-47
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
10	<b>Сметана к I блюдам.</b>	Жиры-2, Калорийность-16	5-11
90	<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-9, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-127	37-12
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 пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	2-02
24	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58	1-64
<b>781</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-19, Жиры-20, Углеводы-97, Калорийность-643	<b>98-46</b>
<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, дрожжи сухие</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-28, Калорийность-190	7-43
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
<b>450</b>	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-66, Калорийность-343	<b>33-74</b>
<b>450</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-23, Жиры-24, Углеводы-162, Калорийность-987	<b>132-18</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Машышева 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), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
80	<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-8, Углеводы-8, Калорийность-109	10-54
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
20	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	3-03
100	<b>Комлета домашняя 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-9, Жиры-14, Углеводы-10, Калорийность-204	42-14
185	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-13, Углеводы-46, Калорийность-321	21-73
200	<b>Напиток из шиповника</b> <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133	6-41
27	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-58	2-18
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-60	1-67
837	<b>Итого за Обед</b>	Белки-27, Жиры-38, Углеводы-146, Калорийность-1 026	98-46
<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	7-62
200	<b>Варенец</b>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-102	34-72
300	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-15, Жиры-8, Углеводы-74, Калорийность-426	42-34
300	<b>Итого за день</b>	Белки-42, Жиры-46, Углеводы-219, Калорийность-1 452	140-80

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальцева 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)
<b>Обед</b>			
85	<b>Салат "Стенной".</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-89	14-88
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
100	<b>Котлета рыбная из минтая с соусом</b> <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное/молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-8, Калорийность-176	38-15
175	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30, Калорийность-196	25-69
200	<b>Компот из свежих яблок</b> <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-19, Калорийность-76	8-85
23	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-49	1-88
22	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-53	1-48
805	<b>Итого за Обед</b>	Белки-23, Жиры-27, Углеводы-102, Калорийность-734	98-46
<b>Полдник</b>			
50	<b>Булочка с корицей</b> <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи сухие, корица, ванилин</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-190	5-86
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-5, Жиры-6, Углеводы-70, Калорийность-354	33-76
400	<b>Итого за день</b>	Белки-28, Жиры-33, Углеводы-172, Калорийность-1 088	132-22

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затойский 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>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты с маслом</b> <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-82	11-62
200	<b>Суп с домашней лапшой</b> <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	5-52
230	<b>Плов из говядины</b> <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (сухляк), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-25, Жиры-6, Углеводы-45, Калорийность-332	67-97
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
22	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-79
22	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-53	1-48
774	<b>Итого за Обед</b>	Белки-32, Жиры-19, Углеводы-103, Калорийность-712	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>Отвар шиповника с сахаром</b> <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133	10-28
360	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-13, Жиры-17, Углеводы-147, Калорийность-794	32-89
360	<b>Итого за день</b>	Белки-45, Жиры-36, Углеводы-249, Калорийность-1 506	131-35

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)
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Столичный" б/к 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
100	<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, лука 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	1-83
24	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58	1-62
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, дрожжи 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

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)
<b>Обед</b>			
80	<b>Салат из моркови "Покорейски"</b> <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	<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
100	<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
26	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-63	1-73
776	<b>Итого за Обед</b>	Белки-16, Жиры-15, Углеводы-105, Калорийность-615	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-33, Углеводы-167, Калорийность-1 038	122-07

Бухгалтер-калькулятор Sept 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)
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <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	<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
240	<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-26, Углеводы-55, Калорийность-529	58-44
190	<b>Компот из свежих яблок с лимоном ик</b> <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-23, Калорийность-95	13-40
27	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-58	2-15
27	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-65	1-82
784	<b>Итого за Обед</b>	Белки-24, Жиры-41, Углеводы-130, Калорийность-977	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-36, Жиры-58, Углеводы-280, Калорийность-1 772	128-19

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальцева 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)
<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	1-68
21	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	1-41
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  Малышева Н.М.Генеральный директор  Зайончий Д.А.Согласовано  
Директор \_\_\_\_\_ МП



# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эл. 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-10,09, Жиры-12, Углеводы-4,41, Калорийность-168,97	61-63
200	<b>Спагетти отварные с маслом</b> <i>спагетти, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5,47, Жиры-4,4, Углеводы-39,23, Калорийность-218,4	9-98
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-6,46, Углеводы-13,8, Калорийность-123,54	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-18,85, Калорийность-97,8	4-04
604	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-23, Жиры-24, Углеводы-91, Калорийность-669	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, Углеводы-14,94, Калорийность-159,96	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-2,36, Жиры-4, Углеводы-19,05, Калорийность-118,76	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-7,32, Углеводы-8,12, Калорийность-137,56	40-14
180	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-6,73, Углеводы-31,25, Калорийность-201,21	26-42
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29,24, Калорийность-120	6-39
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2,28, Углеводы-14,31, Калорийность-69,6	2-42
30	<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	Белки-2,31, Углеводы-15, Калорийность-70,2	2-02
910	<b>Итого за Обед</b>	Белки-29, Жиры-28, Углеводы-132, Калорийность-893	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-8,82, Жиры-8,16, Углеводы-13,52, Калорийность-162,8	12-32
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3,13, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Напиток апельсиновый</b> <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-15, Калорийность-61,16	10-28
358	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-52, Калорийность-364	31-30
358	<b>Итого за день</b>	Белки-64, Жиры-64, Углеводы-275, Калорийность-1926	230-45

Бухгалтер-калькулятор



Малышева Н.М.

Генеральный директор



Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Чиполлетти из говядины с со- усом томатным</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-9,08, Жиры-8,19, Углеводы-9,45, Калорийность-147,83	<b>40-88</b>
200	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5,82, Жиры-8, Углеводы-42, Калорийность-258,5	<b>19-61</b>
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1,45, Жиры-1,25, Углеводы-12,4 Калорийность-67	<b>7-46</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-116	<b>4-04</b>
550	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-20, Жиры-18, Углеводы-88, Калорийность-589	<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-2,15, Жиры-6,33, Углеводы-10, Калорийность-104,41	<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-5,32, Углеводы-15,12, Калорийность-119	<b>9-41</b>
110	<b>Биточек припущенный из птицы</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-13,19, Жиры-2,49, 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-12, Углеводы-28, Калорийность-242,69	<b>11-34</b>
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15,01, Калорийность-63,44	<b>8-77</b>
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3,04, Углеводы-19,08, Калорийность-92,8	<b>3-23</b>
40	<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	Белки-3,08, Углеводы-19,6, Калорийность-93,6	<b>2-69</b>
940	<b>Итого за Обед</b>	Белки-30, Жиры-27, Углеводы-117, Калорийность-834	<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-5,82, Жиры-3, Углеводы-42,63, Калорийность-219,9	<b>7-62</b>
50	<b>Пряник</b>	Белки-1,76, Жиры-5,66, Углеводы-9,67, Калорийность-96,66	<b>6-30</b>
200	<b>Варенец</b>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-101	<b>34-72</b>
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-14, Жиры-14, Углеводы-60, Калорийность-418	<b>48-64</b>
350	<b>Итого за день</b>	Белки-64, Жиры-58, Углеводы-265, Калорийность-1840	<b>231-70</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

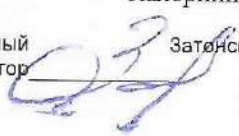


# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	Эп, пеп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
10/20	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-4, Жиры-3,53, Углеводы-10,21, Калорийность-88,25	10-96
250/5	<b>Каша молочная рисовая (вязкая)</b> <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10,42, Жиры-12,61, Углеводы-39,75, Калорийность-314,17	28-76
190	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-22,6, Калорийность-93,6	22-57
200	<b>Кофейный напиток с молоком сгущенным</b> <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток</i>	Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-71	9-75
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2,28, Углеводы-14,31, Калорийность-69,6	2-42
705	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-18, Жиры-18, Углеводы-100, Калорийность-636	74-46
<b>Обед</b>			
100	<b>Огурцы соленые</b>	Белки-3, Углеводы-1,3, Калорийность-16,4	17-40
250	<b>Суп с домашней лапшой</b> <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2,1, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-130,4	6-90
250	<b>Говядина тушеная с картофелем</b> <i>картофель в/к, мясо говядины б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-23,42, Жиры-20, Углеводы-63,06, Калорийность-525,92	75-88
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2,28, Углеводы-14,31, Калорийность-69,6	2-42
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2,31, Углеводы-15, Калорийность-70,2	2-02
860	<b>Итого за Обед</b>	Белки-33, Жиры-31, Углеводы-124, Калорийность-906	114-70
<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-7,86, Жиры-9,15, Углеводы-51,5, Калорийность-319,79	22-84
51	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-4, Жиры-4,69, Углеводы-8,7, Калорийность-92,33	6-74
200	<b>Чай б/с</b>		0-77
351	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-12, Жиры-14, Углеводы-60, Калорийность-412	30-35
351	<b>Итого за день</b>	Белки-63, Жиры-63, Углеводы-285, Калорийность-1954	219-51

 Бухгалтер-калькулятор 

Малышева Н.М.

 Генеральный директор 

Затонский Д.А.

 Согласовано  
 Директор \_\_\_\_\_

МП

# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эп. пеп. (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-12,2, Жиры-15,69, Углеводы-12,87, Калорийность-241,49	53-51
180	<b>Макароны отварные</b> <i>макаронные изделия (бесовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,71, Жиры-4,16, Углеводы-11,12, Калорийность-96,76	11-39
50	<b>Пряник</b>	Белки-2,5, Жиры-1,5, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	3-54
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3,04, Углеводы-19,08, Калорийность-92,8	3-23
605	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-22, Жиры-22, Углеводы-91, Калорийность-647	77-97
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10,24, Калорийность-138	12-23
250	<b>Рассольник ленинградский</b> <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2,63, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-113,23	17-29
130	<b>Печень по-строгановски</b> <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-12,11, Углеводы-8,33, Калорийность-202,35	49-92
200	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-42, Калорийность-257,32	14-67
200	<b>Компот из апельсинов</b> <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-61,62	16-31
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2,28, Углеводы-14,31, Калорийность-69,6	2-42
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2,31, Углеводы-14,7, Калорийность-70,2	2-02
940	<b>Итого за Обед</b>	Белки-32, Жиры-33, Углеводы-121, Калорийность-912	114-86
<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-8,82, Жиры-8,16, Углеводы-13,52, Калорийность-162,8	12-32
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3,13, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Напиток апельсиновый</b> <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-15, Калорийность-61,16	10-28
358	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-52, Калорийность-364	31-30
358	<b>Итого за день</b>	Белки-65, Жиры-68, Углеводы-264, Калорийность-1924	224-13

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП



21.02.2024 (2ср)

# 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>			
100	<b>Митболы с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-13,5, Жиры-7,8, Углеводы-13,08, Калорийность-176,52	48-03
180/5	<b>Картофель отварной</b> <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-11,06, Углеводы-30,18, Калорийность-235,66	24-47
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-91,48	3-23
583	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-23, Жиры-23, Углеводы-100, Калорийность-704	86-98
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из моркови "Покорейски"</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1,27, Жиры-5,08, Углеводы-7,82, Калорийность-82,08	11-00
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
10	<b>Сметана к I блюдам.</b>	Жиры-2, Калорийность-16	5-11
230	<b>Плов из говядины</b> <i>крупа рисовая, мясо говядина в/к I сорт (гуляши), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-25,3, Жиры-17,25, Углеводы-44,85, Калорийность-435,85	67-97
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2,28, Углеводы-14,31, Калорийность-69,6	2-42
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2,31, Углеводы-14,7, Калорийность-70,2	2-02
850	<b>Итого за Обед</b>	Белки-33, Жиры-28, Углеводы-119, Калорийность-863	114-63
<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-8,66, Жиры-9,29, Углеводы-22,13, Калорийность-206,77	8-92
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-9, Жиры-9, Углеводы-60, Калорийность-360	35-23
460	<b>Итого за день</b>	Белки-66, Жиры-61, Углеводы-278, Калорийность-1 928	236-84

Бухгалтер-  
калькулятор

Мапышева 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)
<b>Завтрак</b>			
130	<b>Котлета домашняя 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-12,12, Углеводы-13,45, Калорийность-209,48	54-78
200	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6,28, Жиры-9,56, Углеводы-37,88, Калорийность-262,68	23-50
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-50
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3,04, Углеводы-19,08, Калорийность-92,8	3-23
<b>570</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-21, Жиры-22, Углеводы-78, Калорийность-595	<b>84-01</b>
<b>Обед</b>			
100	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленые, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-9,04, Углеводы-10, Калорийность-126,6	13-17
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
20	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-1,14, Углеводы-8,8, Калорийность-40,84	3-03
110	<b>Гуляш из свинины</b> <i>свинина в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-14,12, Жиры-11,3, Углеводы-4, Калорийность-173,78	64-22
200	<b>Макаронны отварные.</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4,67, Жиры-9,73, Углеводы-29,6, Калорийность-224,65	12-65
200	<b>Напиток из шиповника</b> <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	6-41
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2,28, Углеводы-14,31, Калорийность-92,8	2-42
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2,31, Углеводы-14,7, Калорийность-70,2	2-02
<b>940</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-33, Жиры-33, Углеводы-120, Калорийность-932	<b>117-37</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-5,82, Жиры-3, Углеводы-42,63, Калорийность-219,9	7-62
50	<b>Пряник</b>	Белки-2, Жиры-5,66, Углеводы-9,8, Калорийность-97,18	6-30
200	<b>Варенец</b>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-101	34-72
<b>350</b>	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-14, Жиры-14, Углеводы-60, Калорийность-418	<b>48-64</b>
<b>350</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-68, Жиры-69, Углеводы-258, Калорийность-1945	<b>250-02</b>

Бухгалтер-калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП



# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Котлета рыбная из минтая с сливочно-томатным соусом</b> <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное, молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-11,28, Углеводы-8,13, Калорийность-181	38-15
200	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4,35, Жиры-7,49, Углеводы-34,72, Калорийность-223,69	29-36
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	3-54
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3,08, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-113,12	4-04
<b>Итого за Завтрак</b>		Белки-19, Жиры-19, Углеводы-77, Калорийность-559	75-09
555			
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат "Степной".</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зеленый, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2,37, Жиры-5,08, Углеводы-12,4, Калорийность-104,8	17-50
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-5,32, Углеводы-15,13, Калорийность-118,56	9-41
100	<b>Фрикадельки из говядины в соусе</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное с2, соль йодированная</i>	Белки-8,48, Жиры-11, Углеводы-12,25, Калорийность-180,03	37-76
200	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13,28, Жиры-5,84, Углеводы-49,06, Калорийность-301,92	11-79
200	<b>Компот из свежих яблок</b> <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-12,28, Калорийность-49,68	8-85
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3,04, Углеводы-19,08, Калорийность-92,8	3-23
40	<b>Хлеб ржанно-пшеничный</b>	Белки-3,08, Углеводы-20, Калорийность-93,6	2-69
<b>Итого за Обед</b>		Белки-33, Жиры-28, Углеводы-140, Калорийность-941	91-23
930			
<b>Полдник</b>			
60	<b>Булочка с корицей</b> <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи сухие, корица, ванилин</i>	Белки-8,7, Жиры-9,47, Углеводы-20,76, Калорийность-203,07	7-03
150	<b>Яблоко (вит)</b>	Белки-1, Углеводы-11,16, Калорийность-47,84	17-82
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
<b>Итого за Полдник</b>		Белки-10, Жиры-10, Углеводы-55, Калорийность-344	34-93
410			
<b>Итого за день</b>		Белки-62, Жиры-57, Углеводы-271, Калорийность-1 845	201-25
410			

Бухгалтер-калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

**Меню Школа 12-18**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты с маслом</b> <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-82	11-62
240	<b>Плов из говядины</b> <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1сорт (гуляши), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-19,41, Жиры-15,6, Углеводы-47, Калорийность-406,04	70-92
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2,28, Углеводы-14,31, Калорийность-69,6	2-42
570	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-23, Жиры-21, Углеводы-84, Калорийность-617	87-51
<b>Обед</b>			
100	<b>Огурцы свежие</b>	Белки-1, Углеводы-3, Калорийность-15	32-88
250	<b>Суп с домашней лапшой</b> <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-130	6-90
100	<b>Биточек припущенный из птицы</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-3,27, Углеводы-10, Калорийность-117	52-17
180	<b>Перловка с овощами</b> <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-13,78, Углеводы-38,05, Калорийность-299,78	7-46
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3,04, Углеводы-19,08, Калорийность-92,8	3-23
30	<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	Белки-2,31, Углеводы-14,7, Калорийность-70,2	2-02
900	<b>Итого за Обед</b>	Белки-26, Жиры-28, Углеводы-115, Калорийность-819	114-74
<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-6,7, Жиры-8,84, Углеводы-20,49, Калорийность-188,32	12-19
60	<b>Печенье "Мария" (галеты)</b>	Белки-5, Жиры-3,42, Углеводы-10,82, Калорийность-93,74	10-42
200	<b>Отвар шиповника с сахаром</b> <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15,01, Калорийность-65,36	10-28
360	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-13, Жиры-12, Углеводы-46, Калорийность-347	32-89
360	<b>Итого за день</b>	Белки-62, Жиры-61, Углеводы-245, Калорийность-1783	235-14

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП



# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60	<b>Бутерброд с повидлом (бат)</b> <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-78	
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	
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
180	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17, Калорийность-85	
37	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-79	
<b>Завтрак2</b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	<b>Чай б/с</b>		
<b>932</b>	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-16, Жиры-12, Углеводы-151, Калорийность-757	<b>78-30</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Столичный" б/к 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	
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	
100	<b>Котлета мясная из куриногого филе с морковью с томатным соусом</b> <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, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-135	
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	
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	
23	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-49	
24	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58	
<b>Полдник</b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	<b>Чай б/с</b>		
<b>1 027</b>	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-25, Жиры-34, Углеводы-146, Калорийность-994	<b>108-07</b>

Бухгалтер-  
калькулятор  Малышева Н.М.Генеральный  
директор  Затонский Д.А.Согласовано  
Директор \_\_\_\_\_ МП

# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

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

## Завтрак

100	<b>Котлета рыбная из горбуши "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-14, Калорийность-101	
150/5	<b>Картофель отварной</b> <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
20	<b>Сушки</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	
<b><u>Завтрак2</u></b>			
20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
<b>745</b>	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-14, Жиры-11, Углеводы-115, Калорийность-598	<b>78-30</b>

## Обед

80	<b>Салат из моркови "Покорейски"</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-66	
200	<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	
15	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	
100	<b>Котлета рыбная из горбуши "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	
150/5	<b>Картофель отварной</b> <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	
26	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-63	
<b><u>Полдник</u></b>			
20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
<b>996</b>	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-17, Жиры-16, Углеводы-135, Калорийность-751	<b>108-07</b>

Бухгалтер-калькулятор



Мальшова Н.М.

Генеральный директор

Затоновский 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**

*крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист*

Белки-15, Жиры-24, Углеводы-52, Калорийность-494

50 **Пряник**

Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176

200/5 **Чай с лимоном**

*сахар-песок, лимон, чай чёрный лист*

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**

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

Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-138

200 **Суп гречневый с овощами**

*картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень*

Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-93

240 **Плов из свинины**

*крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист*

Белки-16, Жиры-26, Углеводы-55, Калорийность-529

190 **Компот из свежих яблок с  
лимоном шк**

*яблоко, сахар-песок, лимон*

Углеводы-23, Калорийность-95

27 **Хлеб пшеничный.**

Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-58

27 **Хлеб ржано- пшеничный.**

Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-65

## Полдник

34 **Печенье сахарное**

Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163

200 **Чай б/с**

1 018

**Итого за 2-я смена** Белки-27, Жиры-48, Углеводы-153,  
Калорийность-1 140

**108-07**

Бухгалтер-  
калькулятор

*[Подпись]*

Мальцева Н.М.

Генеральный  
директор

*[Подпись]*  
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>			
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	
160	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	
200	<b>Чай с вареньем из черной смородины</b> <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	
47	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22, Калорийность-100	
<b><u>Завтрак2</u></b>			
20	<b>Сушки</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
<b>737</b>	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-22, Жиры-22, Углеводы-103, Калорийность-728	<b>78-30</b>
<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	
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	
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	
150	<b>Каша гречневая (рассыпчатая)</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197	
180	<b>Компот из кураги</b> <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-14, Калорийность-96	
21	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	
21	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	
<b><u>Полдник</u></b>			
20	<b>Сушки</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
<b>962</b>	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-26, Жиры-28, Углеводы-130, Калорийность-926	<b>108-07</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП



# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</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	
160	<b>Спагетти отварные с маслом.</b> <i>спагетти, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-41, Калорийность-220	
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
32	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-68	
<b>Завтрак2</b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	<b>Чай б/с</b>		
<b>776</b>	<b>Итого за 1-я смена</b>	<b>Белки-26, Жиры-22, Углеводы-137, Калорийность-796</b>	<b>78-30</b>
<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	
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	
10	<b>Сметана к I блюдам.</b>	Жиры-2, Калорийность-16	
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	
160	<b>Спагетти отварные с маслом.</b> <i>спагетти, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-41, Калорийность-220	
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	
24	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-51	
24	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58	
<b>Полдник</b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	<b>Чай б/с</b>		
<b>1 028</b>	<b>Итого за 2-я смена</b>	<b>Белки-32, Жиры-23, Углеводы-151, Калорийность-928</b>	<b>108-07</b>



Бухгалтер-  
калькулятор  Мальшова Н.М.

Генеральный  
директор  Затовский Д.А.

Согласовано  
Директор \_\_\_\_\_

МП

# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пеп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Чиполлетти из говядины с томатным 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	
190	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-49, Калорийность-284	
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	
25	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	
<b>Завтрак2</b>			
30	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
<b>750</b>	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-23, Жиры-17, Углеводы-121, Калорийность-723	<b>78-30</b>
<b>Обед</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	
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	
110	<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-11, Калорийность-151	
200	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299	
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	
31	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-75	
<b>Полдник</b>			
30	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
<b>1 096</b>	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-29, Жиры-27, Углеводы-165, Калорийность-1 064	<b>108-07</b>
Бухгалтер- калькулятор 	Малышева Н.М.	Генеральный директор 	Затонский Д.А.
		Согласовано Директор _____	МП



# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
10/20	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-88	
200/5	<b>Каша молочная рисовая</b> <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Калорийность-263	
190	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-89	
200	<b>Кофейный напиток с молоком сгущенным</b> <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток</i>	Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-71	
21	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	
<b>Завтрак2</b>			
20	<b>Сушки</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	<b>Чай б/с</b>		
<b>866</b>	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-15, Жиры-13, Углеводы-69, Калорийность-624	<b>78-30</b>
<b>Обед</b>			
70	<b>Огурцы соленые</b>	Белки-2, Углеводы-1, Калорийность-12	
200	<b>Суп с домашней лапшой</b> <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	
220	<b>Говядина тушеная с картофелем</b> <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1сорт (гулли), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-24, Жиры-18, Углеводы-26, Калорийность-356	
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	
31	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-66	
21	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	
<b>Полдник</b>			
20	<b>Сушки</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	<b>Чай б/с</b>		
<b>962</b>	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-34, Жиры-27, Углеводы-95, Калорийность-749	<b>108-07</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.



Генеральный  
директор

Загيبский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</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, яйца куриные с2, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-15, Углеводы-13, Калорийность-227	
170	<b>Макароны отварные.</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-51, Калорийность-277	
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	
38	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-81	
<b>Завтрак2</b>			
20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
<b>793</b>	<b>Итого за 1-я смена</b>	<b>Белки-25, Жиры-23, Углеводы-159, Калорийность-937</b>	<b>78-30</b>
<b>Обед</b>			
70	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-96	
200	<b>Рассольник ленинградский.</b> <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-91	
120	<b>Печень по-строгановски</b> <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-11, Углеводы-8, Калорийность-187	
155	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32, Калорийность-203	
180	<b>Компот из апельсинов</b> <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-14, Калорийность-66	
26	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-55	
27	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-65	
<b>Полдник</b>			
20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
<b>998</b>	<b>Итого за 2-я смена</b>	<b>Белки-29, Жиры-29, Углеводы-130, Калорийность-900</b>	<b>108-07</b>
Бухгалтер- калькулятор	 Мальшчева 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)
<b>Завтрак</b>			
75	<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-8, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-112	
150/5	<b>Картофель отварной</b> <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
38	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-81	
<b>Завтрак2</b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	<b>Чай б/с</b>		
<b>776</b>	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-20, Жиры-16, Углеводы-126, Калорийность-724	<b>78-30</b>
<b>Обед</b>			
77	<b>Салат из моркови "Покорейски"</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-63	
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <i>свежая в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77	
10	<b>Сметана к I блюдам.</b>	Жиры-2, Калорийность-16	
90	<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-9, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-127	
150/5	<b>Картофель отварной</b> <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	
25	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	
24	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58	
<b>Полдник</b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	<b>Чай б/с</b>		
<b>1 031</b>	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-22, Жиры-22, Углеводы-135, Калорийность-819	<b>108-07</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор  
Затонский Д.А.Согласовано  
Директор

МП

# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

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

## Завтрак

- 100 **Котлета домашняя с соусом** Белки-9, Жиры-14, Углеводы-10, Калорийность-204  
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
- 175 **Рис "Светофор" с морковью и кукурузой** Белки-5, Жиры-12, Углеводы-43, Калорийность-304  
морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная
- 200 **Чай фруктовый** Углеводы-8, Калорийность-30  
сахар-песок, яблоко, чай черный лист
- 47 **Хлеб пшеничный.** Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22, Калорийность-100

## 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

742 **Итого за 1-я смена** Белки-20, Жиры-28, Углеводы-113, Калорийность-775 **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 гороховый** Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94  
картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная
- 20 **Гренки из пш. хлеба** Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47
- 100 **Котлета домашняя с соусом** Белки-9, Жиры-14, Углеводы-10, Калорийность-204  
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
- 185 **Рис "Светофор" с морковью и кукурузой** Белки-6, Жиры-13, Углеводы-46, Калорийность-321  
морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная
- 200 **Напиток из шиповника** Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133  
сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"
- 27 **Хлеб пшеничный.** Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-58
- 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

1 057 **Итого за 2-я смена** Белки-29, Жиры-39, Углеводы-175, Калорийность-1 162 **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	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость штганя (руб)
-----------	--------------------	---	------------------------

## Завтрак

100 **Котлета рыбная из минтая с соусом**  
 Белки-12 Жиры-12, Углеводы-8, Калорийность-176  
 котлеты из минтая, 100гр замороженные (нф), масло подсолнечное/м олоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная

165 **Картофельное пюре.**  
 Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29, Калорийность-185  
 картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная

200/5 **Чай с лимоном**  
 Углеводы-10, Калорийность-41  
 сахар-песок, лимон, чай черный лист

38 **Хлеб пшеничный.**  
 Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-81

## Завтрак2

50 **Пряник**  
 Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176

200 **Чай б/с**

758 **Итого за 1-я смена** Белки-21, Жиры-19, Углеводы-103, Калорийность-658 **78-30**

## Обед

85 **Салат "Стенной".**  
 Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-89  
 картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленые, горошек зеленый, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная

200 **Суп крестьянский с крупой**  
 Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95  
 капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная

100 **Котлета рыбная из минтая с соусом**  
 Белки-12, Жиры-12, Углеводы-8, Калорийность-176  
 котлеты из минтая, 100гр замороженные (нф), масло подсолнечное/молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная

175 **Картофельное пюре.**  
 Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30, Калорийность-196  
 картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная

200 **Компот из свежих яблок**  
 Углеводы-19, Калорийность-76  
 яблоко, сахар-песок, кислота лимонная

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

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**

1 055 **Итого за 2-я смена** Белки-26, Жиры-28, Углеводы-140, Калорийность-910 **108-07**

Бухгалтер-калькулятор  Малышева Н.М.

Генеральный директор  Затонский Д.А.

Согласовано  
 Директор \_\_\_\_\_

МП

# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
70	<b>Салат из белокочанной капусты с маслом</b> <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, Калорийность-57	
185	<b>Плов из говядины</b> <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-20, Жиры-5, Углеводы-36, Калорийность-267	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
45	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21, Калорийность-96	
<b>Завтрак2</b>			
20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
725	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-27, Жиры-10, Углеводы-108, Калорийность-617	<b>78-30</b>
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты с маслом</b> <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-82	
200	<b>Суп с домашней лапшой</b> <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	
230	<b>Плов из говядины</b> <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-25, Жиры-6, Углеводы-45, Калорийность-332	
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	
22	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	
22	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-53	
<b>Полдник</b>			
20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
999	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-34, Жиры-20, Углеводы-132, Калорийность-848	<b>108-07</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП