

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
40	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-102	6-14
205	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-19, Калорийность-218	21-55
160	Яблоко	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-75	24-75
200	Кофейный напиток с молоком. <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-119	13-89
31	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	2-65
636	Итого за Завтрак	Белки-17, Жиры-16, Углеводы-83, Калорийность-586	68-98
<u>Обед</u>			
80	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-66	8-41
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-2, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-89	14-94
110	Наггетсы куриные с соусом <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-191	56-96
150	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-11, Углеводы-41, Калорийность-303	8-13
200	Компот из плодов сушеных <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	6-23
45	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-106	3-86
45	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-82	3-21
830	Итого за Обед	Белки-30, Жиры-28, Углеводы-131, Калорийность-916	101-74
830	Итого за день	Белки-45, Жиры-39, Углеводы-246, Калорийность-1 531	170-72

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

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
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-3, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-21	6-31
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-5, Углеводы-13, Калорийность-89	14-94
110	Наггетсы куриные с соусом <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-7, Жиры-4, Углеводы-16, Калорийность-191	56-96
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-12, Углеводы-35, Калорийность-317	8-67
200	Компот из плодов сушеных <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	6-23
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-57
39	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-71	2-78
799	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-24, Углеводы-117, Калорийность-841	98-46
Полдник			
100	Булочка с повидлом и помадкой <i>мука пшеничная в/с, повидло 7 кг (для вытечки), сахарная пудра, масло сливочное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-7, Жиры-6, Углеводы-43, Калорийность-366	23-62
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
300	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-6, Углеводы-64, Калорийность-451	33-70
300	Итого за день	Белки-36, Жиры-33, Углеводы-186, Калорийность-1 325	132-16

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
60	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-27, Калорийность-127	9-21
250	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-10, Калорийность-265	26-28
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-117	30-94
200	Кофейный напиток с молоком. <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-119	13-89
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-29
760	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-19, Углеводы-93, Калорийность-746	84-61
Обед			
100	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-82	10-51
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-7, Углеводы-9, Калорийность-111	18-67
110	Наггетсы куриные с соусом <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-191	56-96
180	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-13, Углеводы-19, Калорийность-115	9-76
200	Компот из плодов сушеных <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	6-23
46	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-23, Калорийность-108	3-95
49	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16, Калорийность-83	3-50
935	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-33, Углеводы-111, Калорийность-771	109-58
Полдник			
100	Булочка с повидлом и помадкой <i>мука пшеничная в/с, повидло 7 кг (для выпечки), сахарная пудра, масло сливочное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-7, Жиры-6, Углеводы-43, Калорийность-366	23-62
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
51	Печенье сахарное	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213	6-98
351	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-11, Углеводы-101, Калорийность-664	40-68
351	Итого за день	Белки-60, Жиры-63, Углеводы-306, Калорийность-2180	234-87

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
40	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-102	
205	Каша молочная пшениная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшени, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-19, Калорийность-218	
160	Яблоко	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-75	
200	Кофейный напиток с молоком. <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-119	
31	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	
<u>Завтрак2</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
886	Итого за 1-я смена	Белки-20, Жиры-17, Углеводы-137, Калорийность-822	78-30
<u>Обед</u>			
60	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-21	
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-5, Углеводы-13, Калорийность-89	
110	Наггетсы куриные с соусом <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-7, Жиры-4, Углеводы-16, Калорийность-191	
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-12, Углеводы-35, Калорийность-317	
200	Компот из плодов сушеных <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	
39	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-71	
<u>Полдник</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
1 049	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-26, Углеводы-170, Калорийность-1076	108-07

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.



Генеральный
директор

Д.А. Затонский

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
Завтрак			
90	Шницель припущенный из птицы с соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7, Калорийность-177	36-38
165	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-21, Калорийность-150	23-91
195	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-59	2-07
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	3-53
36	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-85	3-09
506	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-16, Углеводы-75, Калорийность-538	68-98
Обед			
60	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-6, Углеводы-6, Калорийность-83	7-64
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-114	12-91
15	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-12, Калорийность-60	2-41
100	Азу по-татарски <i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляши), лук в/к, огурцы солёные, мука пшеничная в/с, томат-паста, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-132	58-93
150	Макаронные отварные <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-42, Калорийность-223	11-91
180	Компот из сушеных фруктов (курага) <i>курага, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-25, Калорийность-102	9-79
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-43
725	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-21, Углеводы-115, Калорийность-750	105-02
725	Итого за день	Белки-40, Жиры-38, Углеводы-193, Калорийность-1 287	174-00
Бухгалтер- калькулятор		Головина М.И.	МП
Генеральный директор		Д.А. Затонский	Согласовано Директор

Школа 7-11 (2смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
60	Салат из белокочанной капусты с морковью <small>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</small>	Белки-3, Жиры-7, Углеводы-6, Калорийность-83	7-64
200	Суп гороховый <small>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-114	12-91
15	Гренки из пш. хлеба <small>Углеводы-12, Калорийность-60</small>	Углеводы-12, Калорийность-60	2-41
90	Шницель припущенный из птицы с соусом <small>фари куриный, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, муки пшеничная в/с, сахар-песок</small>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-177	36-38
170	Картофельное пюре <small>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-25, Калорийность-154	24-64
185	Компот из сушеных фруктов <small>курага, сахар-песок, кислота лимонная</small>	Углеводы-26, Калорийность-105	10-06
38	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-69	2-71
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-71
778	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-23, Углеводы-117, Калорийность-809	98-46
Полдник			
100	Булочка творожная <small>мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, масло подсолнечное, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</small>	Белки-13, Жиры-4, Углеводы-56, Калорийность-295	24-46
200	Компот из апельсинов <small>апельсин, сахар-песок</small>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-182	15-77
300	Итого за Полдник	Белки-14, Жиры-4, Углеводы-71, Калорийность-477	40-23
300	Итого за день	Белки-38, Жиры-30, Углеводы-186, Калорийность-1 285	138-69

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
120	Шницель припущенный из птицы с соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-236	53-04
220	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-22, Калорийность-265	31-89
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-12
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	3-53
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-29
610	Итого за Завтрак	Белки-23, Жиры-21, Углеводы-85, Калорийность-746	94-87
Обед			
110	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-11, Углеводы-11, Калорийность-151	14-00
250	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-143	16-14
20	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-15, Калорийность-80	3-21
100	Азу по-татарски <i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, огурцы солёные, мука пшеничная в/с, томат-паста, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-132	58-93
200	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-41, Калорийность-297	15-88
200	Компот из сушеных фруктов (курага) <i>курага, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	10-88
50	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-91	3-57
930	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-28, Углеводы-131, Калорийность-1007	122-61
Полдник			
50	Булочка творожная <i>мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, масло подсолнечное, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-7, Жиры-2, Углеводы-28, Калорийность-148	12-23
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-182	15-77
100	Пряник	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-76, Калорийность-351	14-04
350	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-5, Углеводы-119, Калорийность-681	42-04
350	Итого за день	Белки-62, Жиры-54 Углеводы-334, Калорийность-2433	259-52

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ ОВЗ

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

Завтрак

- 90 **Шницель припущенный из птицы с соусом**
фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок
Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7, Калорийность-177
- 165 **Картофельное пюре**
картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная
Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21, Калорийность-150
- 195 **Чай с сахаром**
сахар-песок, чай черный лист
Углеводы-15, Калорийность-59
- 20 **Сушки**
Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68
- 36 **Хлеб пшеничный.**
Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-85

Завтрак2

- 34 **Печенье сахарное**
Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142
- 207 **Чай с лимоном.**
сахар-песок, лимон, чай черный лист
Углеводы-15, Калорийность-62

747**Итого за 1-я смена** Белки-21, Жиры-19, Углеводы-115,
Калорийность-742**78-30****Обед**

- 60 **Салат из белокочанной капусты с морковью**
капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная
Белки-3, Жиры-7, Углеводы-6, Калорийность-83
- 200 **Суп гороховый**
картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная
Белки-6, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-114
- 15 **Гренки из пш. хлеба**
Углеводы-12, Калорийность-60
- 90 **Шницель припущенный из птицы с соусом**
фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок
Белки-6, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-177
- 170 **Картофельное пюре**
картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная
Белки-4, Жиры-5, Углеводы-25, Калорийность-154
- 185 **Компот из сушеных фруктов (курага)**
курага, сахар-песок, кислота лимонная
Углеводы-26, Калорийность-105
- 20 **Хлеб пшеничный.**
Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47
- 38 **Хлеб ржано-пшеничный.**
Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-69

Полдник

- 34 **Печенье сахарное**
Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142
- 207 **Чай с лимоном.**
сахар-песок, лимон, чай черный лист
Углеводы-15, Калорийность-62

1 019**Итого за 2-я смена** Белки-25, Жиры-26, Углеводы-157,
Калорийность-1013**108-07**Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1смена)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
215	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-12, Жиры-17, Углеводы-11, Калорийность-466	54-04
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	7-02
190	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай чёрный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-62	3-74
49	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-24, Калорийность-116	4-18
504	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-19, Углеводы-83, Калорийность-820	68-98
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с изюмом <i>свекла в/к, изюм, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Калорийность-72	8-42
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-86	16-54
90	Котлеты по-хлыновски с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш куриный, картофель в/к, лук в/к, яйцо куриное с2, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-15, Углеводы-7, Калорийность-199	47-47
150	Перловка с овощами <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-7, Углеводы-32, Калорийность-214	5-87
180	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-14, Калорийность-164	14-19
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-15
25	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	1-79
730	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-32, Углеводы-81, Калорийность-838	96-43
730	Итого за день	Белки-44, Жиры-57, Углеводы-207, Калорийность-1 665	165-41

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор


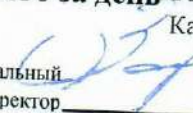
Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

18.12.2024 1ср

Школа 7-11 (2смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
60	Салат из свеклы с изюмом <i>свекла в/к, изюм, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-72	8-42
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-18, Калорийность-86	16-54
210	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-10, Жиры-13, Углеводы-20, Калорийность-466	52-78
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-27, Калорийность-182	15-77
28	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	2-38
36	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-65	2-57
734	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-22, Углеводы-110, Калорийность-937	98-46
Полдник			
50	Булочка Дорожная <i>мука пшеничная в/с, масло сливочное, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи сухие, ванилин</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-30, Калорийность-190	11-45
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-31, Калорийность-124	6-84
150	Яблоко	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	23-21
400	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-78, Калорийность-384	41-50
400	Итого за день	Белки-28, Жиры-38, Углеводы-176, Калорийность-1 321	139-96
Бухгалтер- калькулятор	 Головина М.И.	Генеральный директор  Д.А. Затонский	Согласовано Директор _____ МП

Меню СОШ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
300	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-16, Жиры-21, Углеводы-23, Калорийность-249	75-41
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	7-02
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай чёрный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-62	3-94
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-29
600	Итого за Завтрак	Белки-23, Жиры-23, Углеводы-96, Калорийность-604	90-66
<u>Обед</u>			
100	Салат из свеклы с изюмом <i>свекла в/к, изюм, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-23, Калорийность-120	14-03
250	Щи из свежей капусты с картофелем. <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-108	20-68
100	Котлеты по-хлыновски с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш куриный, картофель в/к, лук в/к, яйцо куриное с2, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-12, Калорийность-229	54-88
180	Перловка с овощами <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-10, Калорийность-257	7-04
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-27, Калорийность-182	15-77
35	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-82	3-00
35	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-63	2-50
900	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-34, Углеводы-110, Калорийность-1 041	117-90
<u>Полдник</u>			
200	Напиток вишневый <i>сахар-песок, вишня с/м</i>	Углеводы-16, Калорийность-66	11-30
150	Яблоко	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	23-21
50	Булочка Дорожная <i>мука пшеничная в/с, масло сливочное, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи сухие, ванилин</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-30, Калорийность-190	11-45
400	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-64, Калорийность-326	45-96
400	Итого за день	Белки-56, Жиры-63, Углеводы-269, Калорийность-1971	254-52

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ ОВЗ

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

Завтрак

215	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-12, Жиры-17, Углеводы-11, Калорийность-466	
190	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай чёрный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-62	
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
49	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-24, Калорийность-115	

Завтрак2

30	Печенье "Мария" (галеты)	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

734

Итого за 1-я смена Белки-21, Жиры-21, Углеводы-120,
Калорийность-993

78-30

Обед

60	Салат из свеклы с изюмом <i>свекла в/к, изюм, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-72	
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-18, Калорийность-86	
210	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-10, Жиры-13, Углеводы-20, Калорийность-466	
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-27, Калорийность-182	
28	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	
36	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-65	

Полдник

30	Печенье "Мария" (галеты)	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

964

Итого за 2-я смена Белки-25, Жиры-24, Углеводы-148,
Калорийность-1111

108-07

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
30	Бутерброд с маслом <i>батон нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	10-14
90	Биточек домашний с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо куриное с2</i>	Белки-11, Жиры-12, Углеводы-15, Калорийность-176	36-72
150	Рагу из овощей <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18, Калорийность-124	16-13
203	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	3-60
28	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	2-39
501	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-19, Углеводы-75, Калорийность-524	68-98
<u>Обед</u>			
60	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-6, Углеводы-5, Калорийность-78	8-74
200	Суп картофельный с рисом. <i>картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	11-98
100	Чахохбили из куриного филе <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, помидоры, масло подсолнечное, чеснок, соль йодированная, мука пшеничная в/с, кислота лимонная</i>	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-127	58-73
150	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-17, Жиры-4, Углеводы-40, Калорийность-268	8-88
180	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	9-07
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-57
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-14
750	Итого за Обед	Белки-32, Жиры-23, Углеводы-108, Калорийность-771	102-11
750	Итого за день	Белки-47, Жиры-44, Углеводы-177, Калорийность-1 294	171-09
Бухгалтер-калькулятор	Головина М.И.	Генеральный директор	МП
		Д.А. Затонский	Согласовано Директор

19.12.2024 1чт

Школа 7-11 (2смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
60	Винегрет овощной картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-78	8-74
250	Суп картофельный с рисом. картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-17, Калорийность-122	14-98
90	Биточек домашний с соусом фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо куриное с2	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-15, Калорийность-176	36-72
200	Рагу из овощей картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-165	21-51
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
40	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-43
42	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Углеводы-14, Калорийность-76	3-00
882	Итого за Обед	Белки-23, Жиры-24, Углеводы-117, Калорийность-796	98-46
Полдник			
100	Сочни с творогом. яйцо куриное с2, творог, мука пшеничная в/с, маргарин, сметана 15%, сахар-песок, сода пищевая, соль йодированная	Белки-13, Жиры-20, Углеводы-25, Калорийность-332	34-28
200	Компот из сушеных фруктов груши сушеные, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-28, Калорийность-113	8-21
300	Итого за Полдник	Белки-14, Жиры-20, Углеводы-53, Калорийность-445	42-49
300	Итого за день	Белки-35, Жиры-50, Углеводы-163, Калорийность-1 240	140-95

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ 12-18

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

Завтрак

30	Бутерброд с маслом <i>батон нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	10-14
120	Биточек домашний с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо куриное с2</i>	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-20, Калорийность-235	48-96
200	Рагу из овощей <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-165	21-51
205	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	3-64
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-57
585	Итого за Завтрак	Белки-22, Жиры-23, Углеводы-87, Калорийность-629	86-82

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-12, Калорийность-129	14-57
250	Суп картофельный с рисом. <i>картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-122	14-98
120	Чахохбили из куриного филе <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, помидоры, масло подсолнечное, чеснок, соль йодированная, мука пшеничная в/с, кислота лимонная</i>	Белки-7, Жиры-9, Углеводы-8, Калорийность-152	70-48
180	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-16, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-211	10-66
180	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	9-07
24	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-56	2-06
17	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-6, Калорийность-31	1-21
871	Итого за Обед	Белки-31, Жиры-30, Углеводы-111, Калорийность-778	123-03

Полдник

92	Сочни с творогом. <i>яйцо куриное с2, творог, мука пшеничная в/с, маргарин, сметана 15%, сахар-песок, сода пищевая, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-18, Углеводы-23, Калорийность-305	31-54
200	Компот из сушеных фруктов <i>груши сушеные, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	8-21
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	9-40
350	Итого за Полдник	Белки-16, Жиры-22, Углеводы-74, Калорийность-559	49-15
350	Итого за день	Белки-68, Жиры-75, Углеводы-271, Калорийность-1966	259-00

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ ОВЗ

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

Завтрак

30 **Бутерброд с маслом**

батон нарезной, масло сливочное

Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98

90 **Биточек домашний с соусом**

фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо

Белки-11, Жиры-12, Углеводы-15, Калорийность-176

150 **Рагу из овощей**

картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная

Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18, Калорийность-124

203 **Чай с лимоном**

сахар-песок, лимон, чай черный лист

Углеводы-15, Калорийность-60

28 **Хлеб пшеничный.**

Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66

Завтрак2

20 **Сушки**

Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68

200 **Чай с сахаром**

сахар-песок, чай черный лист

Углеводы-15, Калорийность-60

721

Итого за 1-я смена Белки-21, Жиры-20, Углеводы-104,
Калорийность-651

78-30

Обед

60 **Винегрет овощной**

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

Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-78

250 **Суп картофельный с рисом.**

картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист

Белки-2, Жиры-5, Углеводы-17, Калорийность-122

90 **Биточек домашний с соусом**

фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо

Белки-7, Жиры-8, Углеводы-15, Калорийность-176

200 **Рагу из овощей**

картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная

Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-165

200 **Сок фруктовый**

Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85

40 **Хлеб пшеничный.**

Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94

42 **Хлеб ржано-пшеничный.**

Белки-3, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-76

Полдник

20 **Сушки**

Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68

200 **Чай с сахаром**

сахар-песок, чай черный лист

Углеводы-15, Калорийность-60

1 102

Итого за 2-я смена Белки-25, Жиры-24, Углеводы-146,
Калорийность-974

108-07

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

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
<u>Завтрак</u>			
212	Паста с кур.филе, свежим помидором, сыром и слив.	Белки-11, Жиры-13, Углеводы-19, Калорийность-276	57-34
	соусом <i>спагетти, филе грудки куриное (нарезка кубик), сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>		
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	4-65
198	Чай с сахаром	Углеводы-15, Калорийность-59	2-10
	<i>сахар-песок, чай черный лист</i>		
57	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-28, Калорийность-134	4-89
501	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-17, Углеводы-87, Калорийность-611	68-98
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокочанной капусты с огурцом свежим	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-77	12-35
	<i>капуста в/к, огурцы, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>		
200	Рассольник ленинградский	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-91	10-62
	<i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>		
90	Биточки рыбные (горбуша) с соусом	Белки-12, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-125	57-13
	<i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, сухари панировочные, яйцо куриное с2, масло сливочное, соль йодированная, сметана 15%, мука пшеничная в/с, томат-паста, соль йодированная</i>		
150	Картофельное пюре	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22, Калорийность-136	21-74
	<i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>		
180	Напиток из шиповника	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-87	5-77
	<i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>		
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-15
25	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	1-79
730	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-20, Углеводы-89, Калорийность-620	111-55
730	Итого за день	Белки-39, Жиры-30, Углеводы-200, Калорийность-1 231	180-53
Бухгалтер-калькулятор	Головина М.И.	Генеральный директор	МП
		Д.А. Затонский	Согласовано Директор

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
60	Салат из белокочанной капусты с огурцом свежим <i>капуста в/к, огурцы, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-77	12-35
200	Рассольник ленинградский <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-97	10-62
240	Паста с кур.филе, свежим помидором, сыром и слив. соусом <i>спагетти, филе грудки куриное (нарезка кубик), сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-48, Калорийность-317	64-91
180	Напиток из шиповника <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-87	5-77
27	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-64	2-31
35	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-63	2-50
742	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-23, Углеводы-112, Калорийность-705	98-46
Полдник			
50	Гребешок из дрожжевого теста <i>мука пшеничная в/с, повидло 7 кг (для выпечки), яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное, ванилин</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-169	10-13
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, вишня с/м, чай черный лист</i>	Углеводы-16, Калорийность-63	6-67
150	Яблоко	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	23-21
400	Итого за Полдник	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-56, Калорийность-302	40-01
400	Итого за день	Белки-24, Жиры-21, Углеводы-168, Калорийность-996	138-47

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ 12-18

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

Завтрак

310	Паста с кур.филе, свежим помидором, сыром и слив. соусом <i>спагетти, филе грудки куриное (нарезка кубик), сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-16, Жиры-19, Углеводы-24, Калорийность-303	83-84
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	4-65
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-12
45	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-106	3-86
589	Итого за Завтрак	Белки-22, Жиры-22, Углеводы-86, Калорийность-611	94-47

Обед

100	Салат из белокочанной капусты с огурцом свежим <i>капуста в/к, огурцы, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-5, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-129	20-59
250	Рассольник ленинградский <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-113	13-27
100	Биточки рыбные (горбуша) с соусом <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, сухари панировочные, яйцо куриное с2, масло сливочное, соль йодированная, сметана 15%, мука пшеничная в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-6, Углеводы-23, Калорийность-139	65-94
180	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-15, Калорийность-163	26-09
200	Напиток из шиповника <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-97	6-41
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-57
31	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-56	2-21
891	Итого за Обед	Белки-31, Жиры-28, Углеводы-111, Калорийность-768	137-08

Полдник

200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, вишня с/м, чай черный лист</i>	Углеводы-16, Калорийность-63	6-67
150	Яблоко	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	23-21
50	Гребешок из дрожжевого теста <i>мука пшеничная в/с, повидло 7 кг (для выпечки), яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное, ванилин</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-169	10-13
400	Итого за Полдник	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-56, Калорийность-302	40-01
400	Итого за день	Белки-57, Жиры-54, Углеводы-253, Калорийность-1680	271-56

Бухгалтер-калькулятор

Головина М.И.

Генеральный директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ ОВЗ

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

Завтрак

212 **Паста с кур.филе, свежим помидором, сыром и слив.** Белки-11, Жиры-13, Углеводы-42, Калорийность-276

соусом

спагетти, филе грудки куриное (нарезка кубик), сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, соль йодированная, мука пшеничная в/с

34 **Печенье сахарное** Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142

198 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-59

сахар-песок, чай черный лист

57 **Хлеб пшеничный.** Белки-4, Углеводы-28, Калорийность-134

Завтрак2

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

200 **Чай б/с** Калорийность-3

751 **Итого за 1-я смена** Белки-21, Жиры-18, Углеводы-148, Калорийность-790 **78-30**

Обед

60 **Салат из белокочанной капусты с огурцом свежим** Белки-3, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-77

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

200 **Рассольник ленинградский** Белки-4, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-97

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

240 **Паста с кур.филе, свежим помидором, сыром и слив.** Белки-12, Жиры-15, Углеводы-48, Калорийность-318

соусом

спагетти, филе грудки куриное (нарезка кубик), сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, соль йодированная, мука пшеничная в/с

180 **Напиток из шиповника** Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-87

сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"

27 **Хлеб пшеничный.** Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-64

35 **Хлеб ржано- пшеничный.** Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-63

Полдник

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

200 **Чай б/с** Калорийность-3

992 **Итого за 2-я смена** Белки-27, Жиры-26, Углеводы-150, Калорийность-884 **108-07**

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.



Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
80	Салат Здоровье	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-84	14-42
	<i>морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>		
200	Суп крестьянский с крупой	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	7-53
	<i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>		
10	Мясо отварное	Белки-2, Жиры-2, Калорийность-31	16-86
	<i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>		
245	Каша гречневая с филе куриным	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-26, Калорийность-308	46-88
	<i>крупа гречневая, филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>		
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного	Углеводы-18, Калорийность-187	6-84
	<i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>		
45	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-106	3-86
29	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-53	2-07
809	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-23, Углеводы-96, Калорийность-863	98-46
Полдник			
100	Булочка школьная	Белки-9, Жиры-3, Углеводы-66, Калорийность-324	8-93
	<i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>		
200	Варенец	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-8, Калорийность-100	32-18
300	Итого за Полдник	Белки-15, Жиры-6, Углеводы-74, Калорийность-424	41-11
300	Итого за день	Белки-51, Жиры-40, Углеводы-157, Калорийность-1 304	139-57
Бухгалтер- калькулятор		Головина М.И.	МП
		Генеральный директор Д.А. Затонский	Согласовано Директор

Меню СОШ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
55	Огурцы соленые	Белки-2, Углеводы-1, Калорийность-9	9-57
250	Каша гречневая с филе куриным	Белки-10, Жиры-16, Углеводы-16, Калорийность-297	47-83
	<i>крупя гречневая, филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>		
58	Печень Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	9-40
200	Чай с молоком.	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-103	11-41
	<i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>		
61	Хлеб пшеничный.	Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-143	5-23
624	Итого за Завтрак	Белки-22, Жиры-22, Углеводы-88, Калорийность-693	83-44
<u>Обед</u>			
100	Салат Здоровье	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12, Калорийность-104	18-03
	<i>морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>		
250	Суп крестьянский с крупой	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-17, Калорийность-119	9-41
	<i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>		
5	Мясо отварное	Белки-1, Жиры-1, Калорийность-16	8-43
	<i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>		
100	Печень по-строгановски	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-6, Калорийность-156	41-57
	<i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>		
180	Капуста тушеная	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-24, Калорийность-157	25-63
	<i>капуста в/к, лук в/к, морковь в/к, томат-паста, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>		
180	Кисель из к/ц плодового или ягодного	Углеводы-20, Калорийность-208	6-16
	<i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>		
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-57
25	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	1-79
870	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-28, Углеводы-103, Калорийность-876	113-59
<u>Полдник</u>			
150	Булочка школьная	Белки-13, Жиры-4, Углеводы-98, Калорийность-486	13-40
	<i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>		
200	Варенец	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-8, Калорийность-100	32-18
350	Итого за Полдник	Белки-19, Жиры-8, Углеводы-106, Калорийность-586	45-58
350	Итого за день	Белки-67, Жиры-58, Углеводы-297, Калорийность-2154	242-61

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
44	Огурцы соленые	Белки-1, Углеводы-1, Калорийность-7	
200	Каша гречневая с филе куриным	Белки-11, Жиры-14, Углеводы-11, Калорийность-294	
	<i>крупа гречневая, филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>		
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	
190	Чай с молоком.	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-98	
	<i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>		
33	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-16, Калорийность-78	
<u>Завтрак2</u>			
30	Печенье "Мария" (галеты)	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200	Чай с сахаром	Углеводы-15, Калорийность-60	
	<i>сахар-песок, чай черный лист</i>		
755	Итого за 1-я смена	Белки-22, Жиры-22, Углеводы-106, Калорийность-790	78-30
<u>Обед</u>			
80	Салат Здоровье	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-84	
	<i>морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>		
200	Суп крестьянский с крупой	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	
	<i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>		
10	Мясо отварное	Белки-2, Жиры-2, Калорийность-31	
	<i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>		
245	Каша гречневая с филе куриным	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-26, Калорийность-308	
	<i>крупа гречневая, филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>		
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного	Углеводы-18, Калорийность-188	
	<i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>		
45	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-106	
29	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-53	
<u>Полдник</u>			
30	Печенье "Мария" (галеты)	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200	Чай с сахаром	Углеводы-15, Калорийность-60	
	<i>сахар-песок, чай черный лист</i>		
1 039	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-25, Углеводы-133, Калорийность-1037	108-07
Бухгалтер- калькулятор	Головина М.И.	Генеральный директор	Д.А. Затонский Согласовано Директор
			МП