

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50/20	Митболы с томатным соусом <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-7, Углеводы-4, Калорийность- 103	31-39
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	23-04
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-9, Калорийность-60	2-70
39	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-92	3-15
522	Итого за Завтрак	Белки-17, Жиры-15, Углеводы-81, Калорийность-552	68-98
<u>Обед</u>			
60	Салат из моркови (припущ).. <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-11, Калорийность-100	8-54
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-77	13-61
10	Сметана к I блюдам.	Жиры-2, Калорийность-16	4-94
200	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к I сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-22, Жиры-5, Углеводы-39, Калорийность-289	61-32
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-62
20	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-35
710	Итого за Обед	Белки-29, Жиры-15, Углеводы-97, Калорийность-636	101-46
710	Итого за день	Белки-45, Жиры-29, Углеводы-185, Калорийность-1 187	170-44

Бухгалтер-калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
88	Гуляш из свинины <i>свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-17, Углеводы-3, Калорийность-195	51-40
160	Макаронны отварные. <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-3, Углеводы-47, Калорийность-160	10-12
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-69
59	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-29, Калорийность-139	4-77
507	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-20, Углеводы-87, 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-6, Калорийность-81	8-36
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	11-36
20	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-15, Калорийность-80	3-03
100	Котлета домашняя <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-14, Углеводы-10, Калорийность-204	42-63
150	Рис "Светофор" с морковью и кукурузой <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-10, Углеводы-37, Калорийность-260	18-74
200	Напиток из шиповника <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133	3-90
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-35
750	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-33, Углеводы-122, Калорийность-889	89-37
750	Итого за день	Белки-41, Жиры-53, Углеводы-209, Калорийность-1413	158-35

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
80/20	Котлета рыбная из минтая с томатным соусом <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-10, Углеводы-5, Калорийность-152	35-64
160	Картофельное пюре. <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-28, Калорийность-179	24-99
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-28
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-07
515	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-16, Углеводы-73, Калорийность-510	68-98
Обед			
60	Салат "Стенной". <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зеленый, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-7, Калорийность-63	10-93
200	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	8-00
100	Фрикадельки из говядины в соусе <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное с2, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12, Калорийность-184	38-45
150	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-17, Жиры-4, Углеводы-40, Калорийность-268	8-84
200	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-19, Калорийность-76	9-85
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-62
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-35
750	Итого за Обед	Белки-33, Жиры-23, Углеводы-107, Калорийность-769	79-04
750	Итого за день	Белки-52, Жиры-40, Углеводы-180, Калорийность-1 279	148-02

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
50	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-65	7-52
200/5	Каша молочная пшеничная с маслом (жидкая.) <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-13, Калорийность-219	18-88
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	26-88
190	Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-135	13-64
26	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	2-06
671	Итого за Завтрак	Белки-15, Жиры-15, Углеводы-88 Калорийность-574	68-98
Обед			
60	Салат "Столичный" с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-115	16-36
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свёкла 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	13-61
200	Каша гречневая с отварной курицей (филе) <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-21, Жиры-18, Калорийность-331	54-88
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-54
21	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-49	1-70
21	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-38	1-41
702	Итого за Обед	Белки-30, Жиры-31, Углеводы-61, Калорийность-730	94-50
702	Итого за день	Белки-45, Жиры-46, Углеводы-149, Калорийность-1304	163-48

Бухгалтер-калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
	Котлета рыбная из горбуши		
60/40	"Школьная" с томатным соусом <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-6, Жиры-8, Углеводы-14, Калорийность-110	38-57
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-25, Калорийность-161	23-04
16	Сушки	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11, Калорийность-63	2-26
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-37	2-69
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-79	2-42
501	Итого за Завтрак	Белки-15, Жиры-15, Углеводы-73, Калорийность-450	68-98
Обед			
60	Салат из моркови (припущ).. <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-86	8-54
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	11-36
15	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-12, Калорийность-60	2-27
90	Азу по-татарски <i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляши), лук в/к, томат-паста, огурцы солёные, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-8, Углеводы-7, Калорийность-147	60-67
150	Каша перловая рассыпчатая с овощами <i>крупа перловая, морковь в/к, масло подсолнечное, масло сливочное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-21, Калорийность-188	8-58
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-35
735	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-23, Углеводы-91, Калорийность-696	102-85
735	Итого за день	Белки-35, Жиры-32, Углеводы-164, Калорийность-1 146	171-83

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

24.04.2024, 1ср

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
230	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-15, Жиры-18, Углеводы-21, Калорийность-315	56-40
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-28
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-00
510	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-20, Углеводы-86, Калорийность-611	68-98
Обед			
60	Салат из свеклы с зеленым горошком <i>свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4, Калорийность-44	11-88
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-93	10-93
70/30	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-10, Углеводы-9, Калорийность-174	51-05
150	Макароны отварные с маслом. <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-35, Калорийность-188	9-97
200	Компот из свежих яблок с лимоном и шк <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	15-27
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-62
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-35
750	Итого за Обед	Белки-21, Жиры-24, Углеводы-104, Калорийность-682	102-07
750	Итого за день	Белки-41, Жиры-50, Углеводы-222, Калорийность-1 293	171-05

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/25	Бутерброд с маслом <i>батон нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	7-32
100	Шницель домашний (с соусом) <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207	41-80
150	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197	10-55
200	Чай с вареньем <i>варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	6-53
34	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-80	2-78
514	Итого за Завтрак	Белки-21, Жиры-23, Углеводы-79, Калорийность-645	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-6, Калорийность-81	8-36
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101	19-61
90	Гуляш из говядины <i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-5, Углеводы-3, Калорийность-119	66-01
150	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-17, Жиры-4, Углеводы-40, Калорийность-268	8-84
200	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106	13-80
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-62
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-35
740	Итого за Обед	Белки-39, Жиры-17, Углеводы-98, Калорийность-759	119-59
740	Итого за день	Белки-59, Жиры-40, Углеводы-176, Калорийность-1403	188-57

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Гуляш из филе кур <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-4, Калорийность-109	51-54
160	Макаронны отварные. <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-47, Калорийность-160	10-12
17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71	2-25
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-9, Калорийность-60	2-70
29	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	2-37
506	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-19, Углеводы-87, Калорийность-468	68-98
<u>Обед</u>			
60	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-3, Калорийность-84	9-43
200	Свекольник. <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-95	15-69
10	Сметана к I блюдам.	Жиры-2, Калорийность-16	4-94
100	Голубцы ленивые. <i>капуста в/к, фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное</i>	Белки-9, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-107	37-69
150	Картофельное пюре. <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-26, Калорийность-168	23-43
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-54
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-62
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-35
760	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-19, Углеводы-95, Калорийность-673	100-69
760	Итого за день	Белки-41, Жиры-38, Углеводы-182, Калорийность-1141	169-67

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
65/20	Чиполлетти из говядины с томатным соусом <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, Жиры-6, Углеводы-8, Калорийность-120	34-36
180	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47, Калорийность-269	17-43
200	Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	14-36
35	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-82	2-83
500	Итого за Завтрак	Белки-21, Жиры-15, Углеводы-97, Калорийность-613	68-98
Обед			
60	Салат Здоровье <i>морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-63	11-40
200	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	8-00
100	Биточек припущенный из птицы <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-108	52-17
150	Каша перловая рассыпчатая с овощами <i>крупа перловая, морковь в/к, масло подсолнечное, масло сливочное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-21, Калорийность-188	8-58
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	8-92
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-62
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-35
750	Итого за Обед	Белки-23, Жиры-19, Углеводы-80, Калорийность-649	92-04
750	Итого за день	Белки-44, Жиры-35, Углеводы-178, Калорийность-1 261	161-02

Бухгалтер-
калькулятор Першина Т.П.Генеральный
директор Д.А. ЗатонскийСогласовано
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)
<u>Завтрак</u>			
10/20	Бутерброд с сыром <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, Калорийность-88	10-96
200/5	Каша молочная рисовая <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы -11, Калорийность-263	23-69
180	Яблоко	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-84	24-19
180	Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</i>	Белки -2 Жиры-2, Углеводы-23, Калорийность-64	8-78
17	Хлеб пшеничный.	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-40	1-36
612	Итого за Завтрак	Белки-15, Жиры-16, Углеводы-72, Калорийность-539	68-98
<u>Обед</u>			
60	Огурцы соленые	Белки-2, Углеводы-1, Калорийность-10	10-44
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	5-66
200	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-22, Жиры-16, Углеводы-23, Калорийность-323	64-16
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-62
20	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-35
700	Итого за Обед	Белки-29, Жиры-24, Углеводы-67, Калорийность-605	93-31
700	Итого за день	Белки-41, Жиры-36, Углеводы-119, Калорийность-1 145	162-29

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

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
225	Жаркое по-домашнему <i>картофель в/к, свинина б/к, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-13, Углеводы-22, Калорийность-238	54-20
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-28
60	Хлеб пшеничный.	Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-141	4-20
540	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-15, Углеводы-105, Калорийность-616	68-98
Обед			
60	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-3, Калорийность-84	9-43
200	Рассольник ленинградский. <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-26, Калорийность-120	14-63
90	Печень по-строгановски (гов.печень) <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-140	34-70
150	Каша гречневая (рассыпчатая) <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197	10-55
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-03
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-62
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-35
740	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-27, Углеводы-95, Калорийность-697	88-31
740	Итого за день	Белки-47, Жиры-42, Углеводы-209, Калорийность-1 313	157-29

Бухгалтер-
калькулятор

 Першина Т.П.

 Генеральный
 директор


 Затонский Д.А.

 Согласовано
 Директор

МП

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
70	Салат из моркови (припуц).. <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-11, Калорийность-100	9-96
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-77	13-61
10	Сметана к I блюдам.	Жиры-2, Калорийность-16	4-94
50/40	Митболы с томатным соусом <i>фарш из говляшны (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-7, Углеводы-5, Калорийность-115	32-89
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25, Калорийность-159	23-04
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
28	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-67	2-26
25	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	1-68
778	Итого за Обед	Белки-23, Жиры-23, Углеводы-103, Калорийность-665	98-46
Полдник			
50	Булочка с повидлом и помадкой <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, орешки сухие</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-28, Калорийность-190	7-43
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	26-88
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-70
450	Итого за Полдник	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-66, Калорийность-343	37-01
450	Итого за день	Белки-27, Жиры-27, Углеводы-169, Калорийность-1008	135-47

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (2 смена)

Акционерное общество

Комбинат школьного питания "ОГОНЕК"

№2

ИНН 5611077285

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-136	13-93
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-15, Калорийность-94	11-36
20	Гренки из пше. хлеба	Углеводы-15, Калорийность-80	3-03
90	Гуляш из свинины <i>свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-15, Углеводы-3, Калорийность-195	52-57
160	Макароны отварные. <i>макаронные изделия (весомые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-42, Калорийность-160	10-12
200	Напиток из шиповника <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-98	3-90
23	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-54	1-86
25	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	1-69
818	Итого за Обед	Белки-26, Жиры-29, Углеводы-120, Калорийность-863	98-46
<u>Полдник</u>			
100	Булочка школьная <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-9, Жиры-3, Углеводы-66, Калорийность-324	7-67
200	Варенец	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-8, Калорийность-100	33-20
300	Итого за Полдник	Белки-15, Жиры-6, Углеводы-74, Калорийность-424	40-87
300	Итого за день	Белки-41, Жиры-35, Углеводы-194, Калорийность-1287	139-33

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
85	Салат "Степной". <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	15-48
200	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	8-00
80/30	Котлета рыбная из минтая с томатным соусом <i>котлеты из минтая, 100-г замороженные (пф), масло подсолнечное/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-6, Калорийность-158	36-39
160	Картофельное пюре. <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-28, Калорийность-179	24-99
200	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-19, Калорийность-76	9-85
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-02
26	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-47	1-73
806	Итого за Обед	Белки-23, Жиры-26, Углеводы-96, Калорийность-704	98-46
<u>Полдник</u>			
50	Булочка с корицей <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи сухие, корица, ванилин</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-190	5-87
150	Яблоко	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	20-16
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
400	Итого за Полдник	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-68, Калорийность-345	36-11
400	Итого за день	Белки-29, Жиры-31, Углеводы-164, Калорийность-1 049	134-57

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Залонский Д.А.

Согласовано
Директор



МП

Школа 7-11 (2 смена) №2
ИН 5611077285

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-7, Углеводы-9, Калорийность-115	16-36
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-77	13-61
210	Каша гречневая с отварной курицей (филе) <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-19, Жиры-17, Углеводы-7, Калорийность-348	57-62
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-34, Калорийность-120	6-54
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-16, Калорийность-59	2-02
34	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-62	2-31
729	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-28, Углеводы-96, Калорийность-780	98-46
Полдник			
50	Булочка с повидлом и помадкой <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, орехи сухие</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-28, Калорийность-190	7-43
150	Яблоко	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	20-16
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
400	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-65, Калорийность-345	37-67
400	Итого за день	Белки-33, Жиры-32, Углеводы-161, Калорийность-1125	136-13

Бухгалтер-
калькулятор  Першина Т.П.Генеральный
директор  Д.А. ЗагонскийСогласовано
Директор _____ МП

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
85	Салат из моркови (припущ). <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-13, Калорийность-122	12-10
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-15, Калорийность-94	11-36
15	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-12, Калорийность-60	2-27
Котлета рыбная из горбуши			
60/30	"Школьная" с томатным соусом <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-6, Жиры-8, Углеводы-13, Калорийность-109	37-82
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25, Калорийность-161	23-04
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
27	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Углеводы-15, Калорийность-79	1-79
772	Итого за Обед	Белки-26, Жиры-22, Углеводы-113, Калорийность-709	98-46
Полдник			
100	Кекс "Столичный" с изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное с2, изюм, сахарная пудра, соль йодированная, сода пищевая</i>	Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	22-89
200	Чай б/с		0-77
300	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	23-66
300	Итого за день	Белки-31, Жиры-40, Углеводы-176, Калорийность-1132	122-12
Бухгалтер- калькулятор	 Першина Т.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 (руб)
Обед			
70	Салат из свеклы с зеленым горошком <i>свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8, Калорийность-69	13-86
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-18, Калорийность-111	10-93
220	Плов <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-15, Жиры-17, Углеводы-20, Калорийность-301	53-95
200	Компот из свежих яблок с лимоном и шк <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	15-27
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-19, Калорийность-71	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-03
750	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-25, Углеводы-99, Калорийность-706	98-46
Полдник			
100	Корж молочный <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло подсолнечное, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, сода пищевая, кислота лимонная, ванилин</i>	Белки-7, Жиры-14, Углеводы-70, Калорийность-433	12-41
60	Печенье Галеты	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-36, Калорийность-194	10-08
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-36, Калорийность-134	7-22
360	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-17, Углеводы-142, Калорийность-761	29-71
360	Итого за день	Белки-34, Жиры-42, Углеводы-241, Калорийность-1467	128-16

Бухгалтер-
калькулятор  Першина Т.П.Генеральный
директор  Д.А. ЗатонскийСогласовано
Директор _____

МП

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
80	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, Калорийность-109	11-14
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101	19-61
100	Шницель домашний (с соусом) <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207	41-80
150	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197	10-55
180	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-14, Калорийность-96	12-42
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-19, Калорийность-47	1-62
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-32
750	Итого за Обед	Белки-23, Жиры-25, Углеводы-106, Калорийность-792	98-46
Полдник			
50	Булочка с посыпкой и изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, изюм, масло сливочное, соль йодированная, орехи сухие, ванилин</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-31, Калорийность-198	6-61
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	26-88
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-70
450	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-68, Калорийность-351	36-19
450	Итого за день	Белки-28, Жиры-31, Углеводы-174, Калорийность-1143	134-65

Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.Генеральный директор  Д.А. ЗатонскийСогласовано
Директор _____ МП

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
65	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-3, Калорийность-91	10-22
200	Свекольник. <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-95	15-69
10	Сметана к I блюдам.	Жиры-2, Калорийность-16	4-94
90	Гуляш из филе кур <i>филе куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-3, Калорийность-98	46-39
160	Макаронны отварные. <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-42, Калорийность-160	10-12
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-34, Калорийность-120	6-54
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-19, Калорийность-71	2-42
32	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-58	2-14
787	Итого за Обед	Белки-26, Жиры-23, Углеводы-124, Калорийность-709	98-46
Полдник			
100	Булочка Российская <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-10, Жиры-12, Углеводы-64, Калорийность-404	12-32
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	Напиток апельсиновый <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-29
358	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-31
358	Итого за день	Белки-39, Жиры-39, Углеводы-235, Калорийность-1358	129-77

Бухгалтер-
калькулятор  Пермина Т.И.Генеральный
директор  Д.А. ЗатонскийСогласовано
Директор _____ МП

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
85	Салат Здоровье <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-89	16-15
200	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	8-00
80/30	Чиполлетти из говядины с томатным соусом <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	42-69
200	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299	19-37
200	Компот из изюма (2022г) <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	8-92
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-62
25	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	1-71
840	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-25, Углеводы-116, Калорийность-838	98-46
Полдник			
100	Булочка школьная <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-9, Жиры-3, Углеводы-66, Калорийность-324	7-67
200	Варенец (2022г)	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-8, Калорийность-100	33-20
300	Итого за Полдник	Белки-15, Жиры-6, Углеводы-74, Калорийность-424	40-87
300	Итого за день	Белки-40, Жиры-31, Углеводы-190, Калорийность-1 262	139-33

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

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 (руб)
<u>Обед</u>			
65	Огурцы соленые	Белки-2, Углеводы-4, Калорийность-14	11-31
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-4, Калорийность-109	5-66
210	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (суляки), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-20, Жиры-17, Углеводы-36, Калорийность-364	67-37
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-95	10-08
29	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-73	2-34
25	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-56	1-70
729	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-25, Углеводы-96, Калорийность-711	98-46
<u>Полдник</u>			
100	Кекс "Столичный" с изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное с2, изюм, сахарная пудра, соль йодированная, сода пищевая</i>	Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	22-89
200	Чай б/с		0-77
300	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	23-66
300	Итого за день	Белки-33, Жиры-43, Углеводы-159, Калорийность-1134	122-12

Бухгалтер-
калькулятор  Перина Т.И.Генеральный
директор  Д.А. ЗатонскийСогласовано
Директор _____

МП

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
90	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Калорийность-126	14-15
200	Рассольник ленинградский. <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-8, Углеводы-26, Калорийность-120	14-63
100	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-7, Углеводы-6, Калорийность-156	38-55
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	11-25
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-03
26	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	2-10
26	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-47	1-75
802	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-25, Углеводы-103, Калорийность-793	98-46
Полдник			
100	Булочка Российская <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-10, Жиры-12, Углеводы-64, Калорийность-404	12-32
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	Напиток апельсиновый <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-29
358	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-31
358	Итого за день	Белки-40, Жиры-41, Углеводы-214, Калорийность-1 442	129-77

Бухгалтер-
калькулятор

Пермина Т.П.

Генеральный
директор
Д.А. ЗатонскийСогласовано
Директор

МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
50/30	Митболы с томатным соусом <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-7, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-109	32-14
180/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, Калорийность-180	26-68
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-70
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
553	Итого за Завтрак	Белки-17, Жиры-15, Углеводы-90, Калорийность-560	72-64
Обед			
100	Салат из моркови (припуц).. <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-16, Калорийность-143	14-23
250	Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-96	17-01
10	Сметана к I блюдам.	Жиры-2, Калорийность-16	4-94
230	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-25, Жиры-6, Углеводы-45, Калорийность-332	70-52
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-02
850	Итого за Обед	Белки-34, Жиры-20, Углеводы-120, Калорийность-798	121-22
Полдник			
60	Булочка с повидлом и помадкой <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-34, Калорийность-228	8-91
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	26-88
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-70
460	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-71, Калорийность-381	38-49
460	Итого за день	Белки-56, Жиры-39, Углеводы-281, Калорийность-1 739	232-35

Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.

Генеральный директор  Затонский Д.А.

Согласовано
Директор _____ МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
110	Гуляш из свинины <i>свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-33, Углеводы-4, Калорийность-361	64-25
180	Макаронны отварные. <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-53, Калорийность-293	11-39
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-69
60	Хлеб пшеничный.	Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-141	4-85
550	Итого за Завтрак	Белки-24, Жиры-39, Углеводы-95, Калорийность-825	83-18
Обед			
100	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136	13-93
250	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-118	14-20
20	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-15, Калорийность-80	3-03
100	Котлета домашняя с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-14, Углеводы-10, Калорийность-204	42-63
180	Рис "Светофор" с морковью и кукурузой <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-13, Углеводы-44, Калорийность-313	22-48
200	Напиток из шиповника <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133	3-90
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-02
910	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-40, Углеводы-156, Калорийность-1 108	104-61
Полдник			
100	Булочка школьная <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-9, Жиры-3, Углеводы-66, Калорийность-324	7-67
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200	Варенец	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-8, Калорийность-100	33-20
350	Итого за Полдник	Белки-17, Жиры-8, Углеводы-112, Калорийность-599	47-17
350	Итого за день	Белки-68, Жиры-86, Углеводы-362, Калорийность-2 532	234-96

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
80/30	Котлета рыбная из минтая с томатным соусом <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное/томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-6, Калорийность-158	36-39
180	Картофельное пюре. <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31, Калорийность-201	28-12
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-28
55	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-27, Калорийность-129	4-44
550	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-18, Углеводы-79, Калорийность-550	73-23
Обед			
100	Салат "Степной". <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12, Калорийность-105	18-21
250	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-119	10-00
100	Фрикадельки из говядины в соусе <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное с2, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12, Калорийность-184	38-45
180	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321	10-61
200	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-19, Калорийность-76	9-85
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-02
890	Итого за Обед	Белки-40, Жиры-27, Углеводы-132, Калорийность-930	91-56
Полдник			
60	Булочка с корицей <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи сухие, корица, ванилин</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37, Калорийность-228	7-04
150	Яблоко	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	20-16
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
410	Итого за Полдник	Белки-7, Жиры-6, Углеводы-74, Калорийность-383	37-28
410	Итого за день	Белки-66, Жиры-51, Углеводы-285, Калорийность-1 863	202-07

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор


МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цеп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
80	Салат из свеклы отварной <i>свекла в/к, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-8, Калорийность-98	10-73
240	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-26, Жиры-6, Углеводы-47, Калорийность-347	73-58
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-70
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
550	Итого за Завтрак	Белки-30, Жиры-13, Углеводы-85, Калорийность-575	89-43
Обед			
100	Огурцы соленые	Белки-3, Углеводы-1, Калорийность-16	17-40
250	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-130	7-07
100	Биточек припущенный из птицы <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-108	52-17
180	Перловка с овощами <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-9, Углеводы-38, Калорийность-257	7-58
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-02
890	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-22, Углеводы-102, Калорийность-720	98-74
Полдник			
100	Корж молочный <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло подсолнечное, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, сода пищевая, кислота лимонная, ванилин</i>	Белки-7, Жиры-14, Углеводы-70, Калорийность-433	12-41
60	Печенье Галеты	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-36, Калорийность-194	10-08
200	Отвар шиповника с сахаром <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133	10-43
360	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-17, Углеводы-138, Калорийность-760	32-92
360	Итого за день	Белки-71, Жиры-52, Углеводы-325, Калорийность-2 056	221-09

Бухгалтер-
калькулятор  Першина Т.П.

Генеральный
директор  Затонский Д.А.

Согласовано
Директор  МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
50	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-65	7-52
250/5	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшени, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-8, Углеводы-47, Калорийность-300	22-40
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	26-88
200	Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	14-36
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-04
755	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-12, Углеводы-134, Калорийность-718	75-20
Обед			
100	Салат "Столичный" с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-16, Углеводы-5, Калорийность-191	27-27
250	Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-96	17-01
230	Каша гречневая с отварной курицей (филе) <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-24, Жиры-21, Калорийность-381	63-11
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-54
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-02
25	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	1-68
830	Итого за Обед	Белки-37, Жиры-41, Углеводы-70, Калорийность-892	117-63
Полдник			
60	Булочка с повидлом и помадкой <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-34, Калорийность-228	8-91
150	Яблоко	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	20-16
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
410	Итого за Полдник	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-71, Калорийность-383	39-15
410	Итого за день	Белки-61, Жиры-57, Углеводы-274, Калорийность-1 993	231-98

Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.

Генеральный директор  Д.А. Затонский

Согласовано
Директор _____ МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
	Котлета рыбная из горбуши		
60/40	"Школьная" с томатным соусом <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная / томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-101	38-57
180/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, Калорийность-180	26-68
16	Сушки	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-54	2-26
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-69
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-04
551	Итого за Завтрак	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-88, Калорийность-484	74-24
Обед			
100	Салат из моркови (припущ). <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-16, Калорийность-143	14-23
250	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-118	14-20
15	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-12, Калорийность-60	2-27
100	Азу по-татарски <i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, томат-паста, огурцы солёные, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i>	Белки-13, Жиры-9, Углеводы-8, Калорийность-163	67-41
150	Каша перловая рассыпчатая с овощами <i>крупа перловая, морковь в/к, масло подсолнечное, масло сливочное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-21, Калорийность-188	8-58
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-02
845	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-28, Углеводы-105, Калорийность-811	118-79
Полдник			
100	Кекс "Столичный" с изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное с2, изюм, сахарная пудра, соль йодированная, сода пищевая</i>	Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	22-89
51	Печенье сахарное	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213	6-74
200	Чай б/с		0-77
351	Итого за Полдник	Белки-9, Жиры-23, Углеводы-100, Калорийность-636	30-40
351	Итого за день	Белки-49, Жиры-60, Углеводы-294, Калорийность-1 931	223-43

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский


Согласовано
Директор

МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
270	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-18, Жиры-29, Углеводы-62, Калорийность-595	66-21
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-28
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-04
575	Итого за Завтрак	Белки-24, Жиры-31, Углеводы-140, Калорийность-949	80-83
Обед			
100	Салат из свеклы с зеленым горошком <i>свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-7, Калорийность-73	19-80
250	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-116	13-66
70/30	Котлеты по-хлыновски с томатным 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-10, Углеводы-9, Калорийность-174	51-05
180	Макароны отварные с маслом. <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-42, Калорийность-226	11-96
200	Компот из свежих яблок с лимоном и шк <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	15-27
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-02
890	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-29, Углеводы-126, Калорийность-814	116-18
Полдник			
100	Корж молочный <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло подсолнечное, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, сода пищевая, кислота лимонная, ванилин</i>	Белки-7, Жиры-14, Углеводы-70, Калорийность-433	12-41
60	Печенье Галеты	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-36, Калорийность-194	10-08
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-36, Калорийность-134	7-22
360	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-17, Углеводы-142, Калорийность-761	29-71
360	Итого за день	Белки-61, Жиры-78, Углеводы-408, Калорийность-2 524	226-72

Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.

Генеральный директор 

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор _____

МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цеп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5/25	Бутерброд с маслом <i>батон нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	7-32
100	Шницель домашний (с соусом) <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207	41-80
180	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-236	12-66
200	Чай с вареньем <i>варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	6-53
40	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-23
550	Итого за Завтрак	Белки-21, Жиры-25, Углеводы-87, Калорийность-697	71-54
<u>Обед</u>			
100	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136	13-93
250	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-127	24-51
100	Гуляш из говядины <i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-16, Жиры-6, Углеводы-4, Калорийность-132	73-34
180	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321	10-61
200	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106	13-80
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-02
890	Итого за Обед	Белки-47, Жиры-22, Углеводы-123, Калорийность-947	140-63
<u>Полдник</u>			
60	Булочка с посыпкой и изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, изюм, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, ванилин</i>	Белки-5, Жиры-8, Углеводы-37, Калорийность-237	7-93
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	26-88
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-70
460	Итого за Полдник	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-74, Калорийность-391	37-51
460	Итого за день	Белки-74, Жиры-55, Углеводы-284, Калорийность-2 035	249-68

Бухгалтер-калькулятор  Пермина Т.П.

Генеральный директор 

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор _____

МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Гуляш из филе кур <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-109	51-54
180	Макаронны отварные. <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-53, Калорийность-293	11-39
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	4-49
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-70
40	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-23
554	Итого за Завтрак	Белки-26, Жиры-19, Углеводы-117, Калорийность-697	73-35
<u>Обед</u>			
100	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-6, Калорийность-140	15-72
250	Свекольник. <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-119	19-61
10	Сметана к I блюдам.	Жиры-2, Калорийность-16	4-94
100	Голубцы ленивые. <i>капуста в/к, фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное</i>	Белки-9, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-107	37-69
180	Картофельное пюре. <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31, Калорийность-201	28-12
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-54
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
30	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-02
900	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-23, Углеводы-112, Калорийность-828	117-06
<u>Полдник</u>			
100	Булочка Российская <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-10, Жиры-12, Углеводы-64, Калорийность-404	12-32
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	Напиток апельсиновый <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-29
358	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-31
358	Итого за день	Белки-67, Жиры-58, Углеводы-340, Калорийность-2 175	221-72

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цеп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
65/35	Чиполлетти из говядины с томатным соусом <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, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-129	35-49
200	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299	19-37
200	Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	14-36
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-04
550	Итого за Завтрак	Белки-23, Жиры-17, Углеводы-111, Калорийность-687	73-26
Обед			
100	Салат Здоровье <i>морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10, Калорийность-104	19-00
250	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-119	10-00
100	Биточек припущенный из птицы <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-108	52-17
180	Каша перловая рассыпчатая с овощами <i>крупа перловая, морковь в/к, масло подсолнечное, масло сливочное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-10, Углеводы-25, Калорийность-225	10-29
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	8-92
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-02
890	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-25, Углеводы-100, Калорийность-793	104-82
Полдник			
100	Булочка школьная <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-9, Жиры-3, Углеводы-66, Калорийность-324	7-67
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200	Варенец	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-8, Калорийность-100	33-20
350	Итого за Полдник	Белки-17, Жиры-8, Углеводы-112, Калорийность-599	47-17
350	Итого за день	Белки-67, Жиры-49, Углеводы-322, Калорийность-2 080	225-25

Бухгалтер-калькулятор Першина Т.П.

Генеральный директор Д.А. Затонский

Согласовано
Директор МП



Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10/20	Бутерброд с сыром <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-88	10-96
250/5	Каша молочная рисовая <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-53, Калорийность-313	28-38
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	26-88
180	Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</i>	Жиры-2, Углеводы-12, Калорийность-64	8-78
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-62
685	Итого за Завтрак	Белки-15, Жиры-13, Углеводы-108, Калорийность-606	76-62
<u>Обед</u>			
100	Огурцы соленые	Белки-3, Углеводы-1, Калорийность-16	17-40
250	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр. лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-130	7-07
250	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляши), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-27, Жиры-20, Углеводы-29, Калорийность-404	80-20
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-02
860	Итого за Обед	Белки-37, Жиры-31, Углеводы-84, Калорийность-760	119-19
<u>Полдник</u>			
100	Кекс "Столичный" с изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное с2, изюм, сахарная пудра, соль йодированная, сода пищевая</i>	Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	22-89
51	Печенье сахарное	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213	6-74
200	Чай б/с		0-77
351	Итого за Полдник	Белки-9, Жиры-23, Углеводы-100, Калорийность-636	30-40
351	Итого за день	Белки-61, Жиры-67, Углеводы-292, Калорийность-2 002	226-21

Бухгалтер-
калькулятор  Першина Т.П.Генеральный
директор  Д.А. ЗатонскийСогласовано
Директор _____

МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
250	Жаркое по-домашнему <i>картофель в/к, свинина б/к, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-14, Углеводы-35, Калорийность-331	60-22
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	3-64
45	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-106	3-64
550	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-16, Углеводы-105, Калорийность-653	73-80
Обед			
100	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-6, Калорийность-140	15-72
250	Рассольник ленинградский. <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-32, Калорийность-150	18-29
100	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-6, Калорийность-156	38-55
180	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-236	12-66
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-03
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-02
890	Итого за Обед	Белки-35, Жиры-34, Углеводы-116, Калорийность-880	105-69
Полдник			
100	Булочка Российская <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-10, Жиры-12, Углеводы-64, Калорийность-404	12-32
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	Напиток апельсиновый <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-29
358	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-31
358	Итого за день	Белки-68, Жиры-66, Углеводы-332, Калорийность-2 182	210-80
Бухгалтер- калькулятор	 Першина Т.П.	Генеральный директор	 Д.А. Затонский
		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

50/20	Митболы с томатным соусом <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-7, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-103	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
39	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-92	

Завтрак2

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

772 **Итого за 1-я смена** Белки-19, Жиры-16, Углеводы-127, Калорийность-726 **78-30**

Обед

70	Салат из моркови (припуш). <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-11, Калорийность-100	
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77	
10	Сметана к I блюдам.	Жиры-2, Калорийность-16	
50/40	Митболы с томатным соусом <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-7, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-115	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
28	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	
25	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	

Полдник

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

1 028 **Итого за 2-я смена** Белки-21, Жиры-23, Углеводы-136, Калорийность-836 **108-07**

Бухгалтер-калькулятор  Пешина Т.И.
 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

88 **Гуляш из свинины**

свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная

Белки-9, Жиры-27, Углеводы-3, Калорийность-289

160 **Макаронны отварные.**

макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная

Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260

200 **Чай фруктовый**

сахар-песок, яблоко, чай черный лист

Углеводы-8, Калорийность-30

59 **Хлеб пшеничный.**

Белки-4, Углеводы-29, Калорийность-139

Завтрак2

20 **Печенье Галеты**

Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65

200 **Чай с сахаром**

сахар-песок, чай черный лист

Углеводы-15, Калорийность-60

727

Итого за 1-я смена Белки-22, Жиры-33, Углеводы-115,
Калорийность-843

78-30

Обед

100 **Винегрет овощной**

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

Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136

200 **Суп гороховый**

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

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

20 **Гренки из пш. хлеба**

Углеводы-15, Калорийность-80

90 **Гуляш из свинины**

свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная

Белки-9, Жиры-27, Углеводы-3, Калорийность-295

160 **Макаронны отварные.**

макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная

Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260

200 **Напиток из шиповника**

сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"

Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133

23 **Хлеб пшеничный.**

Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-54

25 **Хлеб ржано- пшеничный.**

Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45

Полдник

20 **Печенье Галеты**

Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65

200 **Чай с сахаром**

сахар-песок, чай черный лист

Углеводы-15, Калорийность-60

1 038

Итого за 2-я смена Белки-29, Жиры-45, Углеводы-170,
Калорийность-1 222

108-07

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

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

Завтрак

80/20	Котлета рыбная из минтая с томатным соусом <i>котлеты из минтая, 100г замороженные (пф), масло подсолнечное/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-5, Калорийность-152	
160	Картофельное пюре. <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-28, Калорийность-179	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	

Завтрак2

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

765 **Итого за 1-я смена** Белки-21, Жиры-18, Углеводы-111, Калорийность-685 **78-30**

Обед

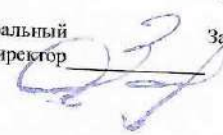
85	Салат "Стенной". <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зеленый, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-89	
200	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	
80/30	Котлета рыбная из минтая с томатным соусом <i>котлеты из минтая, 100г замороженные (пф), масло подсолнечное/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-6, Калорийность-158	
160	Картофельное пюре. <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-28, Калорийность-179	
200	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-19, Калорийность-76	
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	
26	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-47	

Полдник

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

1 056 **Итого за 2-я смена** Белки-25, Жиры-27, Углеводы-134, Калорийность-879 **108-07**

Бухгалтер-
калькулятор  Першина Т.П.

Генеральный
директор 

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор _____

МП

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
85	Салат из свеклы отварной <i>свекла в/к, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-9, Калорийность-104	
165	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-18, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-238	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
53	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-26, Калорийность-125	
<u>Завтрак2</u>			
20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
728	Итого за 1-я смена	Белки-25, Жиры-13, Углеводы-109, Калорийность-653	78-30
<u>Обед</u>			
90	Салат из свеклы отварной <i>свекла в/к, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-9, Калорийность-110	
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	
220	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-24, Жиры-6, Углеводы-43, Калорийность-318	
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	
23	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-8, Калорийность-42	
<u>Полдник</u>			
20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
978	Итого за 2-я смена	Белки-33, Жиры-23, Углеводы-124, Калорийность-831	108-07

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню школы ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-65	
200/5	Каша молочная пшениная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-247	
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
190	Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-135	
26	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	
<u>Завтрак2</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
921	Итого за 1-я смена	Белки-17, Жиры-12, Углеводы-150, Калорийность-777	78-30
<u>Обед</u>			
60	Салат "Столичный" с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-115	
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77	
210	Каша гречневая с отварной курицей (филе) <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-22, Жиры-19, Калорийность-348	
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	
34	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-62	
<u>Полдник</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
979	Итого за 2-я смена	Белки-35, Жиры-34, Углеводы-106, Калорийность-955	108-07

Бухгалтер-калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
	Котлета рыбная из горбуши		
60/40	"Школьная" с томатным соусом <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	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
16	Сушки	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-54	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	
<u>Завтрак2</u>			
20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
721	Итого за 1-я смена	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-100, Калорийность-537	78-30
<u>Обед</u>			
85	Салат из моркови (припуц). <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-13, Калорийность-122	
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	
15	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-12, Калорийность-60	
	Котлета рыбная из горбуши		
60/30	"Школьная" с томатным соусом <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-13, Калорийность-95	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
27	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-49	
<u>Полдник</u>			
20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
992	Итого за 2-я смена	Белки-17, Жиры-19, Углеводы-135, Калорийность-786	108-07

Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.

Генеральный директор  Д.А. Затонский

Согласовано
Директор _____

МП

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цеп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
230	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-15, Жиры-25, Углеводы-53, Калорийность-507	
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	
Завтрак2			
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	
200	Чай б/с		
744	Итого за 1-я смена	Белки-22, Жиры-30, Углеводы-144, Калорийность-944	78-30
Обед			
70	Салат из свеклы с зеленым горошком <i>свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-51	
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-93	
220	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-15, Жиры-24, Углеводы-51, Калорийность-485	
200	Компот из свежих яблок с лимоном шк <i>яблока, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	
Полдник			
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	
200	Чай б/с		
984	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-38, Углеводы-145, Калорийность-995	108-07

Бухгалтер-калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный директор

Д.А. Затонский

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			
5/25	Бутерброд с маслом <i>батон нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	
100	Шницель домашний 70/30 (с соусом) <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207	
150	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197	
200	Чай с вареньем <i>варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	
34	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-80	
Завтрак2			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
734	Итого за 1-я смена	Белки-22, Жиры-24, Углеводы-107, Калорийность-772	78-30
Обед			
80	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-109	
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101	
100	Шницель домашний 70/30 (с соусом) <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207	
150	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197	
180	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-14, Калорийность-96	
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	
Полдник			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
970	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-28, Углеводы-128, Калорийность-920	108-07

Бухгалтер-калькулятор  Пермина Т.П.

Генеральный директор  Д.А. Затонский

Согласовано _____
Директор _____ МП

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Гуляш из филе кур <i>филе 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	Макаронны отварные. <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260	
17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
29	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
<u>Завтрак2</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
756	Итого за 1-я смена	Белки-25, Жиры-18, Углеводы-131, Калорийность-743	78-30
<u>Обед</u>			
65	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Калорийность-91	
200	Свекольник. <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-95	
10	Сметана к I блюдам.	Жиры-2, Калорийность-16	
90	Гуляш из филе кур <i>филе куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-98	
160	Макаронны отварные. <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260	
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	
32	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-58	
<u>Полдник</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
1 037	Итого за 2-я смена	Белки-32, Жиры-24, Углеводы-159, Калорийность-984	108-07

Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.

Генеральный директор  Д.А. Затонский

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

65/20	Чиполлетти из говядины с томатным соусом <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, Жиры-6, Углеводы-8, Калорийность-120	
180	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47, Калорийность-269	
200	Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	
35	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-82	

Завтрак2

30	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-97	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	

735	Итого за 1-я смена	Белки-23, Жиры-17, Углеводы-130, Калорийность-770	78-30
-----	---------------------------	---	--------------

Обед


85	Салат Здоровье <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-89	
200	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	
80/30	Чиполлетти из говядины с томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень / томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-11, Калорийность-151	
200	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299	
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	
25	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	

Полдник

30	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-97	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	

1 075	Итого за 2-я смена	Белки-27, Жиры-26, Углеводы-149, Калорийность-996	108-07
-------	---------------------------	---	---------------

Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.

Генеральный директор 

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор _____

МП

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10/20	Бутерброд с сыром <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-88	
200/5	Каша молочная рисовая <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Калорийность-263	
180	Яблоко	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-84	
180	Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</i>	Жиры-2, Углеводы-12, Калорийность-64	
17	Хлеб пшеничный.	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-40	
Завтрак2			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай б/с		
832	Итого за 1-я смена	Белки-15, Жиры-12, Углеводы-65, Калорийность-607	78-30
Обед			
65	Огурцы соленые	Белки-2, Углеводы-1, Калорийность-11	
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	
210	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-23, Жиры-17, Углеводы-24, Калорийность-340	
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
29	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
25	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	
Полдник			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай б/с		
949	Итого за 2-я смена	Белки-33, Жиры-26, Углеводы-89, Калорийность-721	108-07

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

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

225	Жаркое по-домашнему <i>картофель в/к, свинина б/к, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-13, Углеводы-31, Калорийность-298	
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	
60	Хлеб пшеничный.	Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-141	

Завтрак2

20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

760 **Итого за 1-я смена** Белки-21, Жиры-16, Углеводы-136, Калорийность-780 **78-30**

Обед

90	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-5, Калорийность-126	
200	Рассольник ленинградский . <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-26, Калорийность-120	
100	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-6, Калорийность-156	
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	
26	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	
26	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-47	

Полдник

20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

1 022 **Итого за 2-я смена** Белки-34, Жиры-31, Углеводы-129, Калорийность-917 **108-07**

Бухгалтер-
калькулятор  Першина Т.П.

Генеральный
директор  Д.А. Затонский

Согласовано
Директор _____ МП