

# Меню СОШ ОВЗ

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

## Завтрак

90	<b>Шницель домашний с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, томат-паста, сухари панировочные, масло подсолнечное, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль йодированная, яйцо куриное с2</i>	Белки-9, Жиры-10, Углеводы — 4,1, Калорийность-127	
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-23, Калорийность-161	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
60	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-141	
51	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213	
200	<b>Чай б/с</b>		

751

**Итого за Завтрак** Белки-21, Жиры-21, Углеводы-110,  
Калорийность-701

81-82

## Обед

65	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-89	
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-114	
15	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Углеводы-12, Калорийность-60	
90	<b>Шницель домашний с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, томат-паста, масло подсолнечное, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-12, Углеводы-5,6, Калорийность-178	
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-23, Калорийность-161	
200	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	
34,9	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-63	
51	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213	
200	<b>Чай б/с</b>		

1 005,9

**Итого за Обед** Белки-29, Жиры-33, Углеводы-141,,  
Калорийность-991

113-39

1 005,9

**Итого за день** Белки-50, Жиры-54, Углеводы-251,  
Калорийность-1 692

Бухгалтер-  
калькулятор


Головина М.И.

Генеральный  
директор


Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

МП

# Меню СОШ 12-18

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

## Завтрак

100	<b>Шницель домашний с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207	46-20
220	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, Калорийность-235	46-58
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-20
60	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-141	5-34
580	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-19, Жиры-23, Углеводы-91, Калорийность-643	100-32

## Обед

100	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-138	17-23
250	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-21, Калорийность-143	21-97
15	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Углеводы-12, Калорийность-60	2-50
100	<b>Азу по-татарски</b> <i>мясо говядина б/к 1 сорт (сулжик), лук в/к, огурцы солёные, мука пшеничная в/с, томат-паста, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-132	60-04
180	<b>Рис припущенный с овощами</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-13, Углеводы-46, Калорийность-316	18-77
180	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-25, Калорийность-102	5-36
29	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-53	2-15
854	<b>Итого за Обед</b>	Белки-25, Жиры-34, Углеводы-130, Калорийность-943	128-02

## Полдник

100	<b>Булочка творожная</b> <i>мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, масло подсолнечное, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-13, Жиры-4, Углеводы-56, Калорийность-295	27-04
200	<b>Компот из вишни</b> <i>вишня с/м, сахар-песок</i>	Углеводы-18, Калорийность-76	26-18
50	<b>Фруктовая нарезка (яблоко)</b>	Углеводы-6, Калорийность-23	7-74
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-14, Жиры-4, Углеводы-80, Калорийность-394	60-96
350	<b>Итого за день</b>	Белки-57, Жиры-61, Углеводы-300, Калорийность-1 980	289-30

Бухгалтер-калькулятор

Головина М.И.

Генеральный директор



Д.А. Затовский

Согласовано  
Директор

МП



# Меню СОШ (7-11, 2 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-83	10-34
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-114	17-58
15	<b>Гренки из пше. хлеба</b>	Углеводы-12, Калорийность-60	2-50
90	<b>Шницель домашний с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, томат-паста, сухари панировочные, масло подсолнечное, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль йодированная, яйцо куриное с2</i>	Белки-9, Жиры-10 Углеводы — 4,1 Калорийность-127	34-21
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-23, Калорийность-161	31-76
200	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-29, Калорийность-113	5-96
36,8	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-67	2-73
751,8	<b>Итого за Обед</b>	Белки-24, Жиры-25, Углеводы-104 Калорийность-751	105-08
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка творожная</b> <i>мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-52, Калорийность-318	22-71
200	<b>Компот из вишни</b> <i>вишня с/м, сахар-песок</i>	Углеводы-18, Калорийность-76	26-18
300	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-70, Калорийность-393	48-89
300	<b>Итого за день</b>	Белки-36, Жиры-33, Углеводы-172, Калорийность-1 118	153-97
Бухгалтер- калькулятор	Головина М.И.	Генеральный директор	Согласовано Директор
			МП

# Меню СОШ (7-11, 1 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
90	<b>Шницель домашний с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, томат-паста, сухари панировочные, масло подсолнечное, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль йодированная, яйцо куриное с2</i>	Белки-9, Жиры-10, Углеводы 4,1, Калорийность-127	34-21
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-7, Углеводы-23, Калорийность-161	31-76
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-20
60	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-141	5-34
500	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-17, Жиры-17, Углеводы-72, Калорийность-489	73-51
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-83	10-34
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-114	17-58
15	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Углеводы-12, Калорийность-60	2-50
100	<b>Азу по-татарски</b> <i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, огурцы солёные, мука пшеничная в/с, томат-паста, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-132	60-04
150	<b>Рис "Светофор" с морковью, кукурузой и горошком</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, кукуруза консервированная, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, перец чёрный молотый</i>	Белки-3, Жиры-9, Углеводы-27, Калорийность-263	20-87
180	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-29, Калорийность-113	5-36
29	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-53	2-15
734	<b>Итого за Обед</b>	Белки-24, Жиры-26, Углеводы-104 Калорийность-806,5	118-84
734	<b>Итого за день</b>	Белки-42, Жиры-43, Углеводы-186 Калорийность-1 295	192-35

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор


МП



# Меню СОШ ОВЗ

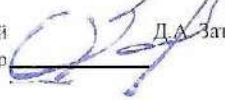
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сметана 15%, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-4, Калорийность-167	
150	<b>Спагетти отварные</b> <i>спагетти, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-38, Калорийность-206	
17	<b>Вафли</b>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88	
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	
20	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	
24,56	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	
36,1	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
<b>737,66</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-19, Жиры-19, Углеводы-106, Калорийность-694	<b>81-82</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-78	
200	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-86	
90	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сметана 15%, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-4, Калорийность-167	
150	<b>Спагетти отварные</b> <i>спагетти, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-38, Калорийность-206	
180	<b>Напиток из шиповника</b> <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-87	
25	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	
33,8	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-62	
36,1	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
<b>974,9</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-24, Жиры-26, Углеводы-127, Калорийность-852	<b>113-39</b>
<b>974,9</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-35, Жиры-43, Углеводы-233, Калорийность-1 546	

Бухгалтер-калькулятор



Головина М.И.

Генеральный директор



Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор


МП

29.01.2025 1ср

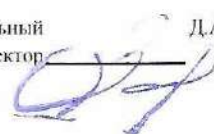
# Меню СОШ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>			
120	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в к, лук в к, масло подсолнечное, сметана 15%, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-15, Углеводы-5, Калорийность-223	<b>74-09</b>
220	<b>Спагетти отварные</b> <i>спагетти, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-56, Калорийность-303	<b>8-78</b>
34	<b>Вафли</b>	Белки-2, Жиры-9, Углеводы-21, Калорийность-176	<b>10-61</b>
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	<b>2-98</b>
32,4	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-58	<b>2-37</b>
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	<b>2-67</b>
<b>636,4</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-27, Жиры-29, Углеводы-116, Калорийность-860	<b>101-50</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в к, морковь в к, огурцы солёные, свекла в к, лук в к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-129	<b>19-11</b>
250	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <i>капуста в к, картофель в к, морковь в к, лук в к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-11, Калорийность-108	<b>26-92</b>
100	<b>Котлеты по-хлыновски с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш куриный, картофель в к, лук в к, яйцо куриное с2, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-15, Жиры-10, Углеводы-11, Калорийность-269	<b>53-07</b>
180	<b>Перловка с овощами</b> <i>крупя перловая, морковь в к, лук в к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-203	<b>9-80</b>
180	<b>Напиток из шиповника</b> <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-87	<b>5-77</b>
26,3	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-47	<b>1-93</b>
<b>836,3</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-29, Жиры-31, Углеводы-98, Калорийность-843	<b>116-60</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Булочка Дорожная</b> <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, орешки сухие</i>	Белки-5, Жиры-13, Углеводы-57, Калорийность-308	<b>13-68</b>
200	<b>Йогурт</b>	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-22, Калорийность-156	<b>37-60</b>
50	<b>Фруктовая нарезка (банан)</b>	Углеводы-6, Калорийность-23	<b>12-90</b>
<b>350</b>	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-11, Жиры-16, Углеводы-85, Калорийность-487	<b>64-18</b>
<b>350</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-67, Жиры-76, Углеводы-299, Калорийность-2 190	<b>282-28</b>

МП

Бухгалтер-  
калькулятор


Головина М.И.

Генеральный  
директор


Д.А.Затонский


Согласовано  
Директор





**Меню СОШ (7-11, 2 см)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в к, морковь в к, огурцы солёные, свекла в к, лук в к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-78	11-47
200	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <i>капуста в к, картофель в к, морковь в к, лук в к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-86	21-54
90	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в к, лук в к, масло подсолнечное, сметана 15%, томат-паста, мука пшеничная в с, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-4, Калорийность-167	55-57
150	<b>Спагетти отварные</b> <i>спагетти, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-38, Калорийность-206	5-99
180	<b>Напиток из шиповника</b> <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-87	5-77
25	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-22
33,8	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-62	2-52
738,8	<b>Итого за Обед</b>	Белки-24, Жиры-26, Углеводы-101, Калорийность-745	105-08
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Йогурт</b>	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-22, Калорийность-156	37-60
100	<b>Булочка Дорожная</b> <i>мука пшеничная в с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие</i>	Белки-5, Жиры-13, Углеводы-57, Калорийность-308	13-68
300	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-11, Жиры-16, Углеводы-79, Калорийность-464	51-28
300	<b>Итого за день</b>	Белки-35, Жиры-43, Углеводы-180, Калорийность-1 209	156-36

МП

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

# Меню СОШ (7-11, 1 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сметана 15%, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-4, Калорийность-167	<b>55-57</b>
150	<b>Спагетти отварные</b> <i>спагетти, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-38, Калорийность-206	<b>5-99</b>
17	<b>Вафли</b>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88	<b>5-30</b>
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	<b>2-98</b>
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	<b>1-48</b>
24,56	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	<b>2-19</b>
<b>501,56</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-19, Жиры-19, Углеводы-80, Калорийность-587	<b>73-51</b>
<b><u>Обед</u></b>			
70	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-6, Калорийность-91	<b>13-38</b>
200	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-86	<b>21-54</b>
110	<b>Котлеты по-хлыновски с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш куриный, картофель в/к, лук в/к, яйцо куриное с2, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-11, Калорийность-233,7	<b>68-27</b>
170	<b>Перловка с овощами</b> <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-36, Калорийность-192	<b>9-26</b>
200	<b>Напиток из шиповника</b> <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-97	<b>6-41</b>
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	<b>2-67</b>
28,6	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-53	<b>2-15</b>
<b>808,6</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-26, Жиры-27, Углеводы-108, Калорийность-822	<b>123-68</b>
<b>808,6</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-46, Жиры-47, Углеводы-188, Калорийность-1 409	<b>197-19</b>

МП

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор