



# Меню 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
40	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Калорийность-102	<b>6-14</b>
205	<b>Каша молочная пшеничная с маслом (жидкая.)</b> <i>молоко 2.5%, крупа пшени, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-38, Калорийность-218	<b>21-55</b>
160	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-75	<b>24-75</b>
200	<b>Кофейный напиток с молоком.</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-119	<b>13-89</b>
31	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	<b>2-65</b>
636	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-77, Калорийность-587	<b>68-98</b>
<b><u>Обед</u></b>			
80	<b>Салат из моркови "Покорейски"</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-66	<b>8-41</b>
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, Калорийность-89	<b>14-94</b>
90	<b>Наггетсы куриные</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панирочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-191	<b>56-96</b>
150	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-11, Углеводы-41, Калорийность-303	<b>8-13</b>
180	<b>Компот из плодов сушеных</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	<b>5-61</b>
45	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-106	<b>3-86</b>
45	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-82	<b>3-21</b>
830	<b>Итого за Обед</b>	Белки-29, Жиры-28, Углеводы-114, Калорийность-918	<b>101-12</b>
830	<b>Итого за день</b>	Белки-45, Жиры-44, Углеводы-191, Калорийность-1 505	<b>170-10</b>
Бухгалтер- калькулятор		Головина М.И.	МП
		Генеральный директор Д.А. Затонский	Согласовано Директор _____

# Меню 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из моркови "Покорейски"</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-49	<b>6-31</b>
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-89	<b>14-94</b>
80/30	<b>Наггетсы куриные</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари папировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-191	<b>56-96</b>
160	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-44, Калорийность-323	<b>8-67</b>
200	<b>Компот из плодов сушеных</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	<b>6-23</b>
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	<b>2-57</b>
39	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-71	<b>2-78</b>
<b>799</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-28, Жиры-28, Углеводы-123, Калорийность-874	<b>98-46</b>
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка с повидлом и помадкой</b> <i>мука пшеничная в/с, повидло 7 кг (для выпечки), сахарная пудра, масло сливочное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-7, Жиры-6, Углеводы-43, Калорийность-366	<b>23-62</b>
200	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	<b>10-08</b>
<b>300</b>	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-8, Жиры-6, Углеводы-64, Калорийность-451	<b>33-70</b>
<b>300</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-36, Жиры-33, Углеводы-186, Калорийность-1 325	<b>132-16</b>
Бухгалтер-калькулятор	Головина М.И.	Генеральный директор	МП
		Д.А. Затонский	Согласовано Директор

# Меню СОШ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
50	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-28, Калорийность-127	7-62
270	<b>Каша молочная пшеничная с маслом (жидкая.)</b> <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-10, Углеводы-49, Калорийность-325	27-00
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	34-80
200	<b>Кофейный напиток с молоком.</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21, Калорийность-119	13-81
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-20
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-91	3-50
820	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-23, Жиры-14, Углеводы-163, Калорийность-873	90-93
<b><u>Обед</u></b>			
120	<b>Салат из моркови "Покорейски"</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-99	14-39
250	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11, Калорийность-111	19-20
110	<b>Наггетсы куриные</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-191	57-55
180	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-17, Углеводы-63, Калорийность-465	11-67
180	<b>Компот из плодов сушеных</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	6-56
55	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Углеводы-27, Калорийность-129	4-62
58	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Калорийность-105	4-06
1 023	<b>Итого за Обед</b>	Белки-37, Жиры-38, Углеводы-168, Калорийность-1 180	118-05
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Булочка с повидлом и помадкой</b> <i>мука пшеничная в/с, повидло 7 кг (для выпечки), сахарная пудра, масло сливочное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-7, Жиры-6, Углеводы-43, Калорийность-366	22-38
200	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08

51 Печенье сахарное

Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213

6-92

351

Итого за Полдник

Белки-12, Жиры-11, Углеводы-101,  
Калорийность-664

39-38

351

Итого за день

Белки-71, Жиры-62, Углеводы-432,  
Калорийность-2 716

248-36

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 (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
40	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Калорийность-102	
205	<b>Каша молочная пшеничная с маслом (жидкая.)</b> <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-247	
160	<b>Яблоко (вит)</b>	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-75	
200	<b>Кофейный напиток с молоком.</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21, Калорийность-119	
31	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	
<b><u>Завтрак2</u></b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
<b>886</b>	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-18, Жиры-12, Углеводы-168, Калорийность-851	<b>78-30</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из моркови "Покорейски"</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-49	
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-89	
80/30	<b>Наггетсы куриные</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-191	
160	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-44, Калорийность-323	
200	<b>Компот из плодов сушеных</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	
39	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-71	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

1 049

**Итого за 2-я смена** Белки-31, Жиры-29, Углеводы-176,  
Калорийность-1 109

**108-07**

Бухгалтер-  
калькулятор



Головина М.И.

Генеральный  
директор



Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

МП