

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
30/170	Жаркое по-домашнему <i>картофель в/к, свинина окорок (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-23, Калорийность-226	52-77
60	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-145	9-72
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай, черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	3-04
42	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-21, Калорийность-99	3-45
502	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-13, Углеводы-75, Калорийность-500	68-98
Обед			
60	Салат "Половинский" <i>капуста в/к, помидоры, перчи зал, огурцы, лук зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3, Калорийность-68	13-22
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16, Калорийность-95	19-61
60/30	Шницель припущенный из птицы с соусом сливочно- томатным <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная/молоко 2,5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры - 7, Углеводы-13, Калорийность-143	47-72
150	Каша ячневая рассыпчатая с маслом <i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-181	7-40
200	Компот из сушеных фруктов <i>сахар-песок, изюм, курага</i>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-99	9-13
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-52
28	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	1-96
758	Итого за Обед	Белки-21, Жиры-18, Углеводы-107, Калорийность-708	101-56
758	Итого за день	Белки-39, Жиры-31, Углеводы-183, Калорийность-1 208	170-54

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ 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>			
60	Салат "Полоньинский" <i>капусты в/к, помидоры, перец зел. огурцы, лук зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3, Калорийность-68	13-22
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16, Калорийность-95	19-61
30/170	Жаркое по-домашнему (свин с морк) <i>картофель в/к, свишина окорок (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-23, Калорийность-226	52-77
200	Компот из сушеных фруктов (курага и изюм) <i>сахар-песок, изюм, курага</i>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-99	9-13
27	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-64	2-26
21	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-38	1-47
708	Итого за Обед	Белки-19, Жиры-16, Углеводы-82, Калорийность-589	98-46
<u>Полдник</u>			
100	Сочни с творогом <i>яйцо куриное с2, творог, мука пшеничная в/с, маргарин, сметана 15%, сахар-песок, сода пищевая, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-20, Углеводы-25, Калорийность-332	33-70
200	Напиток из клубничного варенья <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-12, Калорийность-48	8-61
300	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-20, Углеводы-37, Калорийность-380	42-31
300	Итого за день	Белки-32, Жиры-36, Углеводы-119, Калорийность-969	140-77

Бухгалтер
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор
Д.А. ЗатонскийСогласовано
Директор

МП



Меню СОШ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
240	Жаркое по-домашнему <i>картофель в к, свиная окорач (нарезка кубик), лук в к, морковь в к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-34, Калорийность-451	73-02
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	9-40
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	3-04
52	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-26, Калорийность-122	4-37
Итого за Завтрак		Белки-18, Жиры-39, Углеводы-56, Калорийность-744	89-83
550	Обед		
100	Салат "Полоньский" <i>капуста в к, помидоры, перец зел, огурцы, лук зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-110	22-04
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
70/30	Шницель припущенный из птицы с соусом сливочно-томатным <i>фарш куриный, филе пшеничный в с, масло сливочное, соль йодированная, масло 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-8, Углеводы-12, Калорийность-153	54-00
180	Каша ячневая рассыпчатая с маслом <i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-218	8-87
200	Компот из сушеных фруктов <i>сахар-песок, изюм, курага</i>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-99	9-13
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-52
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-10
Итого за Обед		Белки-25, Жиры-23, Углеводы-121, Калорийность-831	123-17
890	Полдник		
75	Сочни с творогом <i>яйцо куриное с2, творог, мука пшеничная в с, маргарин, сметана 15%, сахар-песок, сода пищевая, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-15, Углеводы-19, Калорийность-249	25-28
200	Напиток из клубничного варенья <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-12, Калорийность-48	8-61
75	Печенье сахарное	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-56, Калорийность-313	10-17
Итого за Полдник		Белки-16, Жиры-22, Углеводы-86, Калорийность-609	44-06
350	Итого за день		
350	Белки-58, Жиры-84, Углеводы-264, Калорийность-2185		257-06

Бухгалтер-
калькулятор

Головкин М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

М.П.



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			
30/170	Жаркое по-домашнему <i>картофель в/к, свиные окорок (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-23, Калорийность-226	
60	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-145	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	
42	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-21, Калорийность-99	
Завтрак2			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
722	Итого за 1-я смена	Белки-20, Жиры-14, Углеводы-104, Калорийность-628	78-30
Обед			
60	Салат "Полонынский" <i>капуста в/к, помидоры, перец жел, огурцы, лук зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, Калорийность-66	
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16, Калорийность-95	
60/30	Шницель припущенный из птицы с соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная, молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-7, Углеводы-13, Калорийность-143	
150	Каша ячневая рассыпчатая с маслом <i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-181	
200	Компот из сушеных фруктов <i>сахар-песок, изюм, кураги</i>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-99	
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	
28	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	
Полдник			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
978	Итого за 2-я смена	Белки-23, Жиры-18, Углеводы-136, Калорийность-834	108-07

Бухгалтер-калькулятор

Головина М.И.

Генеральный директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор