

**Школа 7-11 (1 смена)**

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

**Завтрак**

40	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-102	6-14
205	<b>Каша молочная пшеничная с маслом</b> <i>молоко 2,5%, крупа пшеница, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-19, Калорийность-218	21-55
160	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-75	24-75
200	<b>Кофейный напиток с молоком.</b> <i>молоко 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-119	13-89
31	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	2-65
636	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-17, Жиры-16, Углеводы-83, Калорийность-586	68-98

**Обед**

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	8-41
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	14-94
110	<b>Наггетсы куриные с соусом</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, лук репчатый в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок.</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-191	56-96
150	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная.</i>	Белки-8, Жиры-11, Углеводы-41, Калорийность-303	8-13
200	<b>Компот из плодов сушеных</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок.</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	6-23
45	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-106	3-86
45	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-82	3-21
830	<b>Итого за Обед</b>	Белки-30, Жиры-28, Углеводы-131, Калорийность-916	101-74
830	<b>Итого за день</b>	Белки-45, Жиры-39, Углеводы-246, Калорийность-1531	170-72

Бухгалтер-калькулятор

Головина М.И.

Генеральный директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

МП

## Школа 7-11 (2 смена)

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

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Загонский

Согласовано  
Директор

МП

# Меню СОШ ОВЗ

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

## Завтрак

40 **Бутерброд с повидлом** Белки-2, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-102

*повидло, батон нарезной*

205 **Каша молочная пшеничная с маслом** Белки-9, Жиры-12, Углеводы-19, Калорийность-218

*молоко 2,5%, крупа пшени, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная*

160 **Яблоко** Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-75

200 **Кофейный напиток с молоком.** Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-119

*молоко 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток*

31 **Хлеб пшеничный.** Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73

## Завтрак2

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

200 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-60

*сахар-песок, чай черный лист*

886

**Итого за 1-я смена** Белки-20, Жиры-17, Углеводы-137,  
Калорийность-822

**78-30**

## Обед

60 **Салат из моркови "Покорейски"** Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-21

*морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная*

200 **Борщ из свежей капусты с картофелем.** Белки-1, Жиры-5, Углеводы-13, Калорийность-89

*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*

110 **Наггетсы куриные с соусом** Белки-7, Жиры-4, Углеводы-16, Калорийность-191

*филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок*

160 **Каша гречневая** Белки-8, Жиры-12, Углеводы-35, Калорийность-317

*крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная*

200 **Компот из плодов сушеных** Углеводы-20, Калорийность-81

*смесь сухофруктов, сахар-песок*

30 **Хлеб пшеничный.** Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71

39 **Хлеб ржано-пшеничный.** Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-71

## Полдник

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

200 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-60

*сахар-песок, чай черный лист*

1 049

**Итого за 2-я смена** Белки-25, Жиры-26, Углеводы-170,  
Калорийность-1076

**108-07**

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

МП

# Меню СОШ ОВЗ

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

## Завтрак

40 **Бутерброд с повидлом** Белки-2, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-102

*повидло, батон нарезной*

205 **Каша молочная пшеничная с маслом** Белки-9, Жиры-12, Углеводы-19, Калорийность-218

*молоко 2,5%, крупа пшени, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная*

160 **Яблоко** Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-75

200 **Кофейный напиток с молоком.** Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-119

*молоко 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток.*

31 **Хлеб пшеничный.** Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73

## Завтрак2

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

200 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-60

*сахар-песок, чай черный лист*

**886** **Итого за 1-я смена** Белки-20, Жиры-17, Углеводы-137, **78-30**  
Калорийность-822

## Обед

60 **Салат из моркови "Покорейски"** Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-21

*морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная*

200 **Борщ из свежей капусты с картофелем.** Белки-1, Жиры-5, Углеводы-13, Калорийность-89

*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*

110 **Наггетсы куриные с соусом** Белки-7, Жиры-4, Углеводы-16, Калорийность-191

*филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок*

160 **Каша гречневая** Белки-8, Жиры-12, Углеводы-35, Калорийность-317

*крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная*

200 **Компот из плодов сушеных** Углеводы-20, Калорийность-81

*смесь сухофруктов, сахар-песок*

30 **Хлеб пшеничный.** Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71

39 **Хлеб ржано-пшеничный.** Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-71

## Полдник

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

200 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-60

*сахар-песок, чай черный лист*

**1 049** **Итого за 2-я смена** Белки-25, Жиры-26, Углеводы-170, **108-07**  
Калорийность-1076

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

МП