

Школа 7-11 (1 смена)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|----------------|--|--|----------------------|
| Завтрак | | | |
| 90 | Шницель припущенный из птицы с соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, молоко сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7, Калорийность-177 | 36-38 |
| 165 | Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-4, Жиры-5, Углеводы-21, Калорийность-150 | 23-91 |
| 195 | Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-59 | 2-07 |
| 20 | Сушки | Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68 | 3-53 |
| 36 | Хлеб пшеничный. | Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-85 | 3-09 |
| 506 | Итого за Завтрак | Белки-18, Жиры-16, Углеводы-75, Калорийность-538 | 68-98 |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i> | Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-83 | 7-64 |
| 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-17, Калорийность-114 | 12-91 |
| 15 | Гренки из пш. хлеба | Углеводы-12, Калорийность-60 | 2-41 |
| 100 | Азу по-татарски <i>мясо говядина б/к 1 сорт (тушка), лук в/к, огуры соевые, мука пшеничная в/с, томат-паста, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i> | Белки-10, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-132 | 58-93 |
| 150 | Макароньы отварные <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-4, Жиры-4, Углеводы-42, Калорийность-223 | 11-91 |
| 180 | Компот из сушеных фруктов (курага) <i>курага, сахар-песок, кислота лимонная</i> | Углеводы-25, Калорийность-102 | 9-79 |
| 20 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36 | 1-43 |
| 725 | Итого за Обед | Белки-22, Жиры-21, Углеводы-115, Калорийность-750 | 195-02 |
| 725 | Итого за день | Белки-40, Жиры-38, Углеводы-193, Калорийность-1 287 | 174-00 |

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Загонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ 12-18

| Выход (г) | Наименование блюда | Эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|----------------|---|--|----------------------|
| Завтрак | | | |
| 120 | Шницель припущенный из птицы с соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, лук, пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-236 | 53-04 |
| 220 | Картофельное пюре <i>картофель в к, молоко 2,5%, масла сливочное, соль йодированная</i> | Белки-5, Жиры-6, Углеводы-22, Калорийность-265 | 31-89 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-60 | 2-12 |
| 20 | Сушки | Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68 | 3-53 |
| 50 | Хлеб пшеничный. | Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118 | 4-29 |
| 610 | Итого за Завтрак | Белки-23, Жиры-21, Углеводы-85, Калорийность-746 | 94-87 |
| Обед | | | |
| 110 | Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в к, морковь в к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i> | Белки-2, Жиры-11, Углеводы-11, Калорийность-151 | 14-90 |
| 250 | Суп гороховый <i>картофель в к, крупа горох, лук в к, морковь в к, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-6, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-143 | 16-14 |
| 20 | Гренки из пш. хлеба | Углеводы-15, Калорийность-80 | 3-21 |
| 100 | Азу по-татарски <i>мясо говядина б/к 1 сорт (сулая), лук в к, омуры солёные, мука пшеничная в с, томат-паста, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i> | Белки-10, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-132 | 58-93 |
| 200 | Макароны отварные <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-6, Жиры-6, Углеводы-41, Калорийность-297 | 15-88 |
| 200 | Компот из сушеных фруктов (курага) <i>курага, сахар-песок, кислота лимонная</i> | Углеводы-28, Калорийность-113 | 10-88 |
| 50 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-91 | 3-57 |
| 930 | Итого за Обед | Белки-27, Жиры-28, Углеводы-131, Калорийность-1007 | 122-61 |
| Полдник | | | |
| 50 | Булочка творожная <i>мука пшеничная в с, творог, яйцо куриное, сахар-песок, масло сливочное, масло подсолнечное, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i> | Белки-7, Жиры-2, Углеводы-28, Калорийность-148 | 12-23 |
| 200 | Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i> | Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-182 | 15-77 |
| 100 | Пряник | Белки-5, Жиры-3, Углеводы-76, Калорийность-351 | 14-04 |
| 350 | Итого за Полдник | Белки-12, Жиры-5, Углеводы-119, Калорийность-681 | 42-04 |
| 350 | Итого за день | Белки-62, Жиры-54, Углеводы-334, Калорийность-2433 | 259-52 |

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Загонский


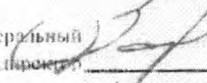

Согласовано
Директор

МП

56

Школа 7-11 (2смена)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|----------------|--|--|-------------------|
| Обед | | | |
| 60 | Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i> | Белки-3, Жиры-7, Углеводы-6, Калорийность-83 | 7-64 |
| 200 | Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-6, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-114 | 12-91 |
| 15 | Гренки из пш. хлеба | Углеводы-12, Калорийность-60 | 2-41 |
| 90 | Шницель припущенный из птицы с соусом <i>филе куриное, яйцо перепелиное в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, лимон-листья, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-7, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-177 | 36-38 |
| 170 | Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-4, Жиры-5, Углеводы-25, Калорийность-154 | 24-64 |
| 185 | Компот из сушеных фруктов <i>курага, сахар-песок, кислота лимонная</i> | Углеводы-26, Калорийность-105 | 10-06 |
| 38 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-69 | 2-71 |
| 20 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47 | 1-71 |
| 778 | Итого за Обед | Белки-24, Жиры-23, Углеводы-117, Калорийность-809 | 98-46 |
| Полдник | | | |
| 100 | Булочка творожная <i>мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с/2, сахар-песок, масло сливочное, масло подсолнечное, орешки сухие, соль йодированная, ванилин</i> | Белки-13, Жиры-4, Углеводы-56, Калорийность-295 | 24-46 |
| 200 | Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i> | Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-182 | 15-77 |
| 300 | Итого за Полдник | Белки-14, Жиры-4, Углеводы-71, Калорийность-477 | 40-23 |
| 300 | Итого за день | Белки-38, Жиры-30, Углеводы-186, Калорийность-1 285 | 138-69 |

Бухгалтер-калькулятор  Головина М.И.
 Генеральный директор  Д.А. Загонский
 Согласовано Директор 



Меню СОШ ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|-----------------|---|--|-------------------|
| Завтрак | | | |
| 90 | Шницель припущенный из птицы с соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло растительное, соль йодированная, томат-паста, масло оливковое, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7, Калорийность-177 | |
| 165 | Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21, Калорийность-150 | |
| 195 | Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-59 | |
| 20 | Сушки | Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68 | |
| 36 | Хлеб пшеничный. | Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-85 | |
| Завтрак2 | | | |
| 34 | Печенье сахарное | Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142 | |
| 207 | Чай с лимоном. <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-62 | |
| 747. | Итого за 1-я смена | Белки-21, Жиры-19, Углеводы-115, Калорийность-742 | 78-30 |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло растительное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i> | Белки-3, Жиры-7, Углеводы-6, Калорийность-83 | |
| 200 | Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-6, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-114 | |
| 15 | Гренки из пш. хлеба | Углеводы-12, Калорийность-60 | |
| 90 | Шницель припущенный из птицы с соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло растительное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-6, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-177 | |
| 170 | Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-4, Жиры-5, Углеводы-25, Калорийность-154 | |
| 185 | Компот из сушеных фруктов (курага) <i>курага, сахар-песок, кислота лимонная</i> | Углеводы-26, Калорийность-105 | |
| 20 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47 | |
| 38 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-69 | |
| Полдник | | | |
| 34 | Печенье сахарное | Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142 | |
| 207 | Чай с лимоном. <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-62 | |
| 1 019 | Итого за 2-я смена | Белки-25, Жиры-26, Углеводы-157, Калорийность-1013 | 108-07 |

Бухгалтер-калькулятор

Головина М.И.

Генеральный директор

Д.А. Загонский

Согласовано
Директор