

Меню 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Калорийность-102	6-14
205	Каша молочная пшеничная с маслом (жидкая.) <i>молоко 2,5%, крупа пшени, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-38, Калорийность-218	21-55
160	Яблоко	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-75	24-75
200	Кофейный напиток с молоком. <i>молоко 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-119	13-89
31	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	2-65
636	Итого за Завтрак	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-77, Калорийность-587	68-98
Обед			
80	Салат из моркови "Покорейски" <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	Борщ из свежей капусты с картофелем. <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	14-94
90	Наггетсы куриные <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	56-96
150	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-11, Углеводы-41, Калорийность-303	8-13
180	Компот из плодов сушеных <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	5-61
45	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-106	3-86
45	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-82	3-21
830	Итого за Обед	Белки-29, Жиры-28, Углеводы-114, Калорийность-918	101-12
830	Итого за день	Белки-45, Жиры-44, Углеводы-191, Калорийность-1 505	170-10

Бухгалтер-
аль-культутор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эв. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в.к. лук в.к. масло подсолнечное, сахар-песок, соль поваренная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-49	6-31
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свекла в.к. капуста в.к. картофель в.к. лук в.к. морковь в.к. масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль поваренная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-89	14-94
80/30	Наггетсы куриные <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль поваренная, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-191	56-96
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль поваренная</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-44, Калорийность-323	8-67
200	Компот из плодов сушеных <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	6-23
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-57
39	Хлеб ржаной-пшеничный.	Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-71	2-78
799	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-28, Углеводы-123, Калорийность-874	98-46
Полдник			
100	Булочка с повидлом и помадкой <i>мука пшеничная в/с, повидло 7 кг (для выпечки), сахарная пудра, масло сливочное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль поваренная, орешки сушеные, масло подсолнечное</i>	Белки-7, Жиры-6, Углеводы-43, Калорийность-366	23-62
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
300	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-6, Углеводы-64, Калорийность-451	33-70
300	Итого за день	Белки-36, Жиры-33, Углеводы-186, Калорийность-1325	132-16

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), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезкой</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-28, Калорийность-127	7-62
270	Каша молочная пшеничная с маслом (жидкая.) <i>молоко 2,5%, крупа пшениц, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-10, Углеводы-49, Калорийность-325	27-00
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	34-80
200	Кофейный напиток с молоком. <i>молоко 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21, Калорийность-119	13-81
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-148	4-20
50	Хлеб ржанно-пшеничный.	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-91	3-50
820	Итого за Завтрак	Белки-23, Жиры-14, Углеводы-163, Калорийность-873	90-93
<u>Обед</u>			
120	Салат из моркови "Покорейски" <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	Борщ из свежей капусты с картофелем. <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	Наггетсы куриные <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	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-17, Углеводы-63, Калорийность-465	11-67
180	Компот из плодов сушеных <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводь-20, Калорийность-81	6-56
55	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-27, Калорийность-129	4-62
58	Хлеб ржанно-пшеничный.	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Калорийность-105	4-06
1 023	Итого за Обед	Белки-37, Жиры-38, Углеводы-168, Калорийность-1 180	118-05
<u>Полдник</u>			
100	Булочка с повидлом и помидкой <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	Сок фруктовый	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. Загонский

Согласовано
Директор

МП



Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб.)
<u>Завтрак</u>			
40	Бутерброд с повидлом <i>повидло, банан нарезкой</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Калорийность-102	
205	Каша молочная пшеничная с маслом (жидкая.) <i>молоко 2,5%, крупа пшеница, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-247	
160	Яблоко (вит)	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-75	
200	Кофейный напиток с молоком. <i>молоко 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21, Калорийность-119	
31	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	
<u>Завтрак2</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
886	Итого за 1-я смена	Белки-18, Жиры-12, Углеводы-168, Калорийность-851	78-30
<u>Обед</u>			
60	Салат из моркови "Покорейски" <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	Борщ из свежей капусты с картофелем. <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	Наггетсы куриные <i>филе грудки куриное (нарезка к бек), томат-паста, сухари панирозонные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-191	
160	Каши гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-44, Калорийность-323	
200	Компот из плодов сушеных <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	
39	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-71	
<u>Полдник</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай с сахаром <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



Головин М.И.

Генеральный
директор



Д.А. Златонский

Согласовано
Директор

