

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
213	Жаркое по-домашнему <i>картофель в/к, свиная окороч (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-25, Калорийность-240	54-07
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	9-40
198	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-65	2-87
31	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	2-64
500	Итого за Завтрак	Белки-17, Жиры-16, Углеводы-73, Калорийность-519	68-98
<u>Обед</u>			
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 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	18-83
90	Шницель припущенный из птицы с соусом <i>филе курицы, хлеб пшеничный в/к, масло сливочное, соль йодированная, молоко 2,2%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-7, Углеводы-13, Калорийность-143	49-09
180	Каша ячневая рассыпчатая с маслом <i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-218	9-99
180	Компот из сушеных фруктов (курага и изюм) <i>сахар-песок, изюм, курага</i>	Углеводы-18, Калорийность-89	8-13
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-15
25	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	1-79
760	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-18, Углеводы-112, Калорийность-732	97-62
760	Итого за день	Белки-40, Жиры-32, Углеводы-182, Калорийность-1 215	166-60

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
75	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-8, Углеводы-8, Калорийность-103	9-55
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14, Калорийность-95	18-83
210	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-10, Жиры-14, Углеводы-25, Калорийность-237	53-31
200	Компот из сушеных фруктов (курага и изюм) <i>сахар-песок, изюм, курага</i>	Белки-1, Углеводы-28, Калорийность-113	9-03
47	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-23, Калорийность-111	4-03
52	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-94	3-71
784	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-29, Углеводы-116, Калорийность-753	98-46
Полдник			
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	34-29
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	42-90
300	Итого за день	Белки-37, Жиры-38, Углеводы-146, Калорийность-1118	141-36

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
<u>Завтрак</u>			
300	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-17, Жиры-13, Углеводы-35, Калорийность-338	76-16
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	2-90
56	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-28, Калорийность-132	4-80
614	Итого за Завтрак	Белки-25, Жиры-17, Углеводы-93, Калорийность-641	93-26
<u>Обед</u>			
100	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-10, Углеводы-10, Калорийность-138	12-73
250	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20, Калорийность-119	23-54
100	Шницель припущенный из птицы с соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в с, масло сливочное, соль йодированная, молоко 2.5%, томат-паста, масло</i>	Белки-10, Жиры-8, Углеводы-14, Калорийность-158	55-51
180	Каша ячневая рассыпчатая с маслом <i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-218	9-99
200	Компот из сушеных фруктов (курага и изюм) <i>сахар-песок, изюм, курага</i>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-99	9-03
33	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-16, Калорийность-78	2-83
44	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-80	3-14
907	Итого за Обед	Белки-26, Жиры-24, Углеводы-133, Калорийность-888	116-77
<u>Полдник</u>			
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	25-72
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	10-26
350	Итого за Полдник	Белки-16, Жиры-22, Углеводы-86, Калорийность-609	44-59
350	Итого за день	Белки-66, Жиры-63, Углеводы-313, Калорийность-2 138	254-62

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ ОВЗ

ИИН 5611077285

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

Завтрак

213 **Жаркое по-домашнему** Белки-12, Жиры-9, Углеводы-25, Калорийность-240

картофель в/к, свинина окорок (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная

58 **Печенье Овсяное** Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141

198 **Чай фруктовый** Углеводы-7, Калорийность-30

сахар-песок, яблоко, чай черный лист

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

Завтрак2

20 **Сушки** Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68

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

сахар-песок, чай черный лист

720 **Итого за 1-я смена** Белки-20, Жиры-14, Углеводы-100, Калорийность-612 **78-30**

Обед

75 **Салат из белокочанной капусты с морковью** Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-103

капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная

200 **Суп рыбный** Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16, Калорийность-95

картофель в/к, консервы рыбные, крупа тишено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная

210 **Жаркое по-домашнему** Белки-12, Жиры-9, Углеводы-25, Калорийность-237

картофель в/к, свинина окорок (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная

200 **Компот из сушеных фруктов (курага и изюм)** Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-99

сахар-песок, изюм, курага

47 **Хлеб пшеничный.** Белки-4, Углеводы-23, Калорийность-111

52 **Хлеб ржано-пшеничный.** Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-94

Полдник

20 **Сушки** Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68

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

сахар-песок, чай черный лист

1 004 **Итого за 2-я смена** Белки-25, Жиры-19, Углеводы-138, Калорийность-867 **108-07**

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

