

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	н. бел. (г/ккал), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), минеральные (мг)	Стоимость в рублях
Завтрак			
40	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-102	6-14
205	Каша молочная пшениная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшеница, 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-17, Жиры-16, Углеводы-83, Калорийность-586	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-9, Калорийность-89	14-94
110	Наггетсы куриные с соусом <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	56-96
150	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-11, Углеводы-41, Калорийность-303	8-13
200	Компот из плодов сушеных <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	6-23
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-30, Жиры-28, Углеводы-131, Калорийность-916	101-74
830	Итого за день	Белки-45, Жиры-39, Углеводы-246, Калорийность-1 531	170-72

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
60	Салат из моркови "Покорейски" <small>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</small>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-21	6-31
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. <small>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</small>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-13, Калорийность-89	14-94
110	Наггетсы куриные с соусом <small>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</small>	Белки-7, Жиры-4, Углеводы-16, Калорийность-191	56-96
160	Каша гречневая <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-8, Жиры-12, Углеводы-35, Калорийность-317	8-67
200	Компот из плодов сушеных <small>смесь сухофруктов, сахар-песок</small>	Углеводы-20, Калорийность-81	6-23
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-57
39	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-71	2-78
799	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-24, Углеводы-117, Калорийность-841	98-46
Полдник			
100	Булочка с повидлом и помадкой <small>мука пшеничная в/с, повидло 7 кг (для выпечки), сахарная пудра, масло сливочное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</small>	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-1 325	132-16

Бухгалтер-калькулятор

[Подпись]

Головина М.И.

Генеральный директор

[Подпись]

Д.А. Затонский

Согласовано Директор



Меню СОШ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
60	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-27, Калорийность-127	9-21
250	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-10, Калорийность-265	26-28
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-117	30-94
200	Кофейный напиток с молоком. <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-119	13-89
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-29
760	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-19, Углеводы-93, Калорийность-746	84-61
Обед			
100	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-82	10-51
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-9, Калорийность-111	18-67
110	Наггетсы куриные с соусом <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-11, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-191	56-96
180	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-13, Углеводы-19, Калорийность-115	9-76
200	Компот из плодов сушеных <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-20, Калорийность-81	6-23
46	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-23, Калорийность-108	3-95
49	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16, Калорийность-83	3-50
935	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-33, Углеводы-111, Калорийность-771	109-58
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 йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-7, Жиры-6, Углеводы-43, Калорийность-366	23-62
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
51	Печенье сахарное	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213	6-98
351	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-11, Углеводы-101, Калорийность-664	40-68
351	Итого за день	Белки-60, Жиры-63, Углеводы-306, Калорийность-2180	234-87

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ ОВЗ

Высказ (г)	Наименование блюда	ЭН. ЦЕН. (ккал), белки (г), углеводы (г), ВИТЕМИНЫ (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 пшеница, 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

[Подпись]

Головина М.И.

Генеральный директор

[Подпись]

Д.А. Затонский

Согласовано Директор

