

**Школа 7-11 (1смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
30	<b>Бутерброд с маслом</b> <i>бутер нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	10-14
90	<b>Биточек домашний с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо куриное с2</i>	Белки-11, Жиры-12, Углеводы-15, Калорийность-176	36-72
150	<b>Рагу из овощей</b> <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18, Калорийность-124	16-13
203	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	3-60
28	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	2-39
501	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-19, Жиры-19, Углеводы-75, Калорийность-524	68-98
<b>Обед</b>			
60	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-78	8-74
200	<b>Суп картофельный с рисом.</b> <i>картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	11-98
100	<b>Чахохбили из куриного филе</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, помидоры, масло подсолнечное, чеснок, соль йодированная, мука пшеничная в/с, кислота лимонная</i>	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-127	58-73
150	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-17, Жиры-4, Углеводы-40, Калорийность-268	8-88
180	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	9-07
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-57
30	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-14
750	<b>Итого за Обед</b>	Белки-32, Жиры-23, Углеводы-108, Калорийность-771	102-11
750	<b>Итого за день</b>	Белки-47, Жиры-44, Углеводы-177, Калорийность-1 294	171-09

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

школа 7-11 (1смена)

Где бы ни стояла эта таблица или ее часть, она должна быть в наличии

# Школа 7-11 (2смена)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), ВИТАМИНЫ (МГ), МИКРОЭЛЕМЕНТЫ (МГ)	Стоимость питания
<b>Обед</b>			
60	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соевые, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-78	8-74
250	<b>Суп картофельный с рисом.</b> <i>картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-17, Калорийность-122	14-98
90	<b>Биточек домашний с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо куриное с2</i>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-15, Калорийность-176	36-72
200	<b>Рагу из овощей</b> <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-165	21-51
200	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-43
42	<b>Хлеб ржанно-пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-14, Калорийность-76	3-00
882	<b>Итого за Обед</b>	Белки-23, Жиры-24, Углеводы-117, Калорийность-796	98-46
<b>Полдник</b>			
100	<b>Сочни с творогом.</b> <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	34-28
200	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>груши сушеные, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	8-21
300	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-14, Жиры-20, Углеводы-53, Калорийность-445	42-49
300	<b>Итого за день</b>	Белки-35, Жиры-50, Углеводы-163, Калорийность-1 240	140-95

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

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
<b><u>Завтрак</u></b>			
30	<b>Бутерброд с маслом</b> <i>батоны нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	10-14
120	<b>Биточек домашний с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо куриное с2</i>	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-20, Калорийность-235	48-96
200	<b>Рагу из овощей</b> <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-165	21-51
205	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	3-64
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-57
585	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-22, Жиры-23, Углеводы-87, Калорийность-629	86-82
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-12, Калорийность-129	14-57
250	<b>Суп картофельный с рисом.</b> <i>картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-122	14-98
120	<b>Чахохбили из куриного филе</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, помидоры, масло подсолнечное, чеснок, соль йодированная, мука пшеничная в/с, кислота лимонная</i>	Белки-7, Жиры-9, Углеводы-8, Калорийность-152	70-48
180	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-16, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-211	10-66
180	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	9-07
24	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-56	2-06
17	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-1, Углеводы-6, Калорийность-31	1-21
871	<b>Итого за Обед</b>	Белки-31, Жиры-30, Углеводы-111, Калорийность-778	123-03
<b><u>Полдник</u></b>			
92	<b>Сочни с творогом.</b> <i>яйцо куриное с2, творог, мука пшеничная в/с, маргарин, сметана 15%, сахар-песок, сода пищевая, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-18, Углеводы-23, Калорийность-305	31-54
200	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>груши сушеные, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	8-21
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	9-40
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-16, Жиры-22, Углеводы-74, Калорийность-559	49-15
350	<b>Итого за день</b>	Белки-68, Жиры-75, Углеводы-271, Калорийность-1966	259-00

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

# Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	ЭН. ЦЕН. (ККАЛ), БЕЛКИ (г), УГЛЕВОДЫ (г), ВИТАМИНЫ (МГ), МИКРОЭЛЕМЕНТЫ (МГ)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>			
30	<b>Бутерброд с маслом</b> <i>батон нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	
90	<b>Биточек домашний с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо йодированная</i>	Белки-11, Жиры-12, Углеводы-15, Калорийность-176	
150	<b>Рагу из овощей</b> <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18, Калорийность-124	
203	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
28	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	
<b><u>Завтрак2</u></b>			
20	<b>Сушки</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
721	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-21, Жиры-20, Углеводы-104, Калорийность-651	<b>78-30</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-78	
250	<b>Суп картофельный с рисом.</b> <i>картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-17, Калорийность-122	
90	<b>Биточек домашний с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо йодированная</i>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-15, Калорийность-176	
200	<b>Рагу из овощей</b> <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-165	
200	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	
42	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-76	
<b><u>Полдник</u></b>			
20	<b>Сушки</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
1102	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-25, Жиры-24, Углеводы-146, Калорийность-974	<b>108-07</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор