

# Меню СОШ (7-11, 1 см)

Выход (г)	Наименование блюда	мл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), минералы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Митболы с соусом</b> <i>фарш из говядины (обработанный), яйцо перепелиной в с. лук в.к. майо крупное с.2, масло подсолнечное, соль йодированная, масло сливочное, мука пшеничная в.с., сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-10.00, Углеводы-2.5 Калорийность-114.2	50-22
150	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5.19, Углеводы-10.00, Калорийность-122.1	8-40
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-26, Калорийность-165	7-50
205	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	3-80
40,33	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-59
<b>545,33</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-19, Жиры-17,2, Углеводы-75,38 Калорийность-558.3	<b>73-51</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из моркови с сахаром</b> <i>морковь в.к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-50	8-58
200	<b>Суп картофельный с вермишелью.</b> <i>картофель в.к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в.к, морковь в.к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-106	18-69
90	<b>Печень по-строгановски.</b> <i>печень говяжья, сметана 15%, лук в.к, масло подсолнечное, мука пшеничная в.с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-10, Углеводы-6, Калорийность-173	49-67
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в.к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-23, Калорийность-161	32-36
200	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-32
34	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-80	3-03
30	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-23
<b>764</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-25, Жиры-22, Углеводы-95, Калорийность-708	<b>124-88</b>
<b>764</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-46, Жиры-35, Углеводы-200, Калорийность-1 324	<b>198-39</b>

Бухгалтер-калькулятор

*[Signature]*

Головина М.И.

Генеральный директор

*[Signature]*


Д.А. Затонский

Согласовано Директор

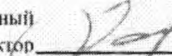


## Меню СОШ (7-11, 2 с.м)


Возраст (г)	Наименование блюда	н. ден. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), минералы (мг)	Стоимость питания
<b>Обед</b>			
80	<b>Салат из моркови с сахаром</b> <small>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</small>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-15, Калорийность-111	11-95
250	<b>Суп картофельный с вермишелью.</b> <small>картофель в/к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, маршмэлл соус</small>	Белки-3,92, Жиры-3, Углеводы-20,5 Калорийность-132	23-36
90	<b>Митболы с соусом</b> <small>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</small>	Белки-8,86, Жиры-7,82, Углеводы-2 Калорийность-99,6	43-50
180	<b>Каша гречневая</b> <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-3,97, Жиры-6,23, Углеводы-13,6 Калорийность-146,52	10-08
200	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-32
37	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-87	3-27
34,8	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-63	2-60
<b>871,8</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-23,75, Жиры-24,05, Углеводы-101,1 Калорийность-724,12	<b>105-08</b>
<b>Полдник</b>			
100	<b>Ватрушка с творогом</b> <small>мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, дрожжи сухие, соль йодированная</small>	Белки-14, Жиры-9, Углеводы-47, Калорийность-328	27-96
200	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-32
<b>300</b>	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-15, Жиры-9, Углеводы-67, Калорийность-413	<b>38-28</b>
<b>300</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-39, Жиры-33,05, Углеводы-168, Калорийность-1137,12	<b>143-36</b>

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), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
150	<b>Митболы с соусом</b> <i>фарш в/к, говядина (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-18, Жиры-13, Углеводы-12, Калорийность-235	83-80
200	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-189	11-20
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	7-50
205	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	3-80
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-45
655	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-30, Жиры-19, Углеводы-121, Калорийность-778	110-75
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из моркови с сахаром</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-83	14-30
250	<b>Суп картофельный с вермишелью.</b> <i>картофель в/к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16, Калорийность-132	23-36
100	<b>Печень по-строгановски.</b> <i>печень говяжья, сметана 15%, лук в/к, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-11, Углеводы-7, Калорийность-192	55-19
180	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-28, Калорийность-193	38-11
180	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	9-29
31	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	2-76
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-23
871	<b>Итого за Обед</b>	Белки-28, Жиры-27, Углеводы-104, Калорийность-803	145-24
<b>Полдник</b>			
100	<b>Ватрушка с творогом</b> <i>мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дражжи сухие, масло подсолнечное, ванилин</i>	Белки-14, Жиры-6, Углеводы-45, Калорийность-291	34-81
200	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-32
50	<b>Фруктовая нарезка (апельс)</b>	Калорийность-15	17-78
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-15, Жиры-6, Углеводы-65, Калорийность-391	62-91
350	<b>Итого за день</b>	Белки-74, Жиры-52, Углеводы-290, Калорийность-1972	318-90

Бухгалтер-калькулятор

*[Подпись]*

Головина М.И.

Генеральный директор

*[Подпись]*


Д.А. Затонский

Согласовано Директор




# Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	ж. бел. (кккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Митболы с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль</i>	Белки-19, Жиры-10,91, Углеводы-3,5 Калорийность-116,2	
150	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5,19, Углеводы-10,88, Калорийность-122,1	
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-26, Калорийность-165	
205	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
40,33	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	
51	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213	
200	<b>Чай б/с</b>		
<b>796,33</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>Белки-19, Жиры-17,2, Углеводы-75,38 Калорийность-558,3</b>	<b>81-82</b>
<b>Обед</b>			
80	<b>Салат из моркови с сахаром</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-15 Калорийность-111	
250	<b>Суп картофельный с вермишелью.</b> <i>картофель в/к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-3,92, Жиры-3, Углеводы-20,5 Калорийность-132	
90	<b>Митболы с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-8,86, Жиры-7,82, Углеводы-2 Калорийность-99,6	
180	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,97, Жиры-6,23 Углеводы-13,6 Калорийность-146,52	
200	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
37	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-87	
34,8	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-63	
51	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-2,2, Жиры-3, Углеводы-28, Калорийность-213	
200	<b>Чай б/с</b>		
<b>1 122,8</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>Белки-25,95, Жиры-27,05, Углеводы-129,1 Калорийность-937,12</b>	<b>113-39</b>
<b>1 122,8</b>	<b>Итого за день</b>	<b>Белки-44,95, Жиры-44,25, Углеводы- 204,48, Калорийность-1 495,42</b>	

Бухгалтер-ка. в/кв. в/госп. 

Головина М.И.

Генеральный директор 

Д.А. Загонский

Согласовано Директор 