

# Школа 7-11 (1 смена)

Выдача (г)	Наименование блюда	ЭН. ПЕН. (ККАЛ), БЕЛКИ (г), УГЛЕВОДЫ (г), ВИТАМИНЫ (МГ), МИКРОЭЛЕМЕНТЫ (МГ)	С	КОСТЬ
------------	--------------------	---	---	-------

## Завтрак

213	<b>Жаркое по-домашнему</b> <small>картофель в/к, свинина окорок (порок кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</small>	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-25, Калорийность-240		07
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141		10
198	<b>Чай фруктовый</b> <small>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</small>	Углеводы-10, Калорийность-65		37
31	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73		14
500	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-17, Жиры-16, Углеводы-73, Калорийность-519		98

## Обед

60	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <small>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</small>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-83		14
200	<b>Суп рыбный</b> <small>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</small>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16, Калорийность-95		83
90	<b>Шницель припущенный из птицы с соусом</b> <small>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная, молоко 2,5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</small>	Белки-9, Жиры-7, Углеводы-13, Калорийность-143		09
180	<b>Каша ячневая рассыпчатая с маслом</b> <small>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-218		19
180	<b>Компот из сушеных фруктов (курага и изюм)</b> <small>сахар-песок, изюм, курага</small>	Углеводы-18, Калорийность-89		3
25	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59		5
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45		9
760	<b>Итого за Обед</b>	Белки-22, Жиры-18, Углеводы-112, Калорийность-732		52
760	<b>Итого за день</b>	Белки-40, Жиры-32, Углеводы-182, Калорийность-1 215		60

Бухгалтер-калькулятор

Головина М.И.

Генеральный директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор



## Зачисление

Итого за день

БЕЛКИ (г) ЖИРЫ (г) УГЛЕВОДЫ (г)  
ЭН. ПЕН. (ККАЛ) БЕЛКИ (г) УГЛЕВОДЫ (г)

С

КОСТЬ

МБОУ СОШ ОВЗ

# Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), ВИТАМИНЫ (МГ), МИКРОЭЛЕМЕНТЫ (МГ)	С	К
<b>Обед</b>				
75	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-3, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-103		5
200	<b>Суп рыбный</b> <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	1	83
210	<b>Жаркое по-домашнему</b> <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	5	31
200	<b>Компот из сушеных фруктов (курага и изюм)</b> <i>сахар-песок, изюм, курага</i>	Белки-1, Углеводы-28, Калорийность-113		3
47	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Углеводы-23, Калорийность-111		3
52	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-94		1
784	<b>Итого за Обед</b>	Белки-22, Жиры-29, Углеводы-116, Калорийность-753	9	16
<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	3	29
200	<b>Напиток из клубничного варенья</b> <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-12, Калорийность-48	1	1
300	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-13, Жиры-20, Углеводы-37, Калорийность-380	4	10
300	<b>Итого за день</b>	Белки-37, Жиры-38, Углеводы-146, Калорийность-1118	14	36

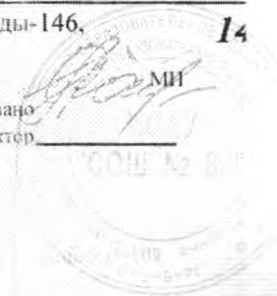
Бухгалтер-калькулятор

Головина М.И.

Генеральный директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор



Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), ВИТАМИНЫ (МГ), МИКРОЭЛЕМЕНТЫ (МГ)	С	К
-----------	--------------------	--	---	---

МБОУ СОШ ОВЗ

# Меню СОШ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), ВИТАМИНЫ (МГ), МИКРОЭЛЕМЕНТЫ (МГ)	С г	ность ния
<b>Завтрак</b>				
300	<b>Жаркое по-домашнему</b> <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		16
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141		10
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30		10
56	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Углеводы-28, Калорийность-132		30
614	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-25, Жиры-17, Углеводы-93, Калорийность-641		26
<b>Обед</b>				
100	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-138		73
250	<b>Суп рыбный</b> <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		54
100	<b>Шницель припущенный из птицы с соусом</b> <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		51
180	<b>Каша ячневая рассыпчатая с маслом</b> <i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-218		19
200	<b>Компот из сушеных фруктов (курага и изюм)</b> <i>сахар-песок, изюм, курага</i>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-99		13
33	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-16, Калорийность-78		33
44	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-80		14
907	<b>Итого за Обед</b>	Белки-26, Жиры-24, Углеводы-133, Калорийность-888	1	-77
<b>Полдник</b>				
75	<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-10, Жиры-15, Углеводы-19, Калорийность-249		72
200	<b>Напиток из клубничного варенья</b> <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-12, Калорийность-48		61
75	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-56, Калорийность-313		26
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-16, Жиры-22, Углеводы-86, Калорийность-609		59
350	<b>Итого за день</b>	Белки-66, Жиры-63, Углеводы-313, Калорийность-2138	2	-62

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)	С I	д н н я
-----------	--------------------	--	--------	------------------

## 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 **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 пшено, 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 **1 47**

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Зотовский

Секретарь  
Дирекции

МП