

**Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
5/20	<b>Бутерброд с маслом</b> <i>батон нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Калорийность-80	<b>8-51</b>
200	<b>Каша молочная рисовая</b> <i>молоко 2,5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-9, Углеводы-42, Калорийность-254	<b>21-35</b>
150	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	<b>26-10</b>
190	<b>Какао с молоком</b> <i>молоко 2,5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-105	<b>11-01</b>
24	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-56	<b>2-01</b>
<b>589</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-89, Калорийность-566	<b>68-98</b>
<b>Обед</b>			
70	<b>Огурцы свежие</b>	Углеводы-2, Калорийность-9	<b>11-51</b>
200/23	<b>Суп картофельный с клецками</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-94	<b>8-80</b>
90	<b>Бифштекс по домашнему</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-16, Углеводы-11, Калорийность-234	<b>59-19</b>
170	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-20, Жиры-5, Углеводы-45, Калорийность-303	<b>9-36</b>
200	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	<b>5-64</b>
44	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-103	<b>3-70</b>
48	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16, Калорийность-87	<b>3-36</b>
<b>845</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-42, Жиры-25, Углеводы-139, Калорийность-945	<b>101-56</b>
<b>845</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-55, Жиры-38, Углеводы-227, Калорийность-1 511	<b>170-54</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Сергеева Т. П.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

МП



## Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
60	<b>Огурцы свежие</b>	Углеводы-2, Калорийность-9	9-86
200/23	<b>Суп картофельный с клецками</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-94	8-80
90	<b>Бифштекс по домашнему</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-16, Углеводы-11, Калорийность-234	59-19
170	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-20, Жиры-5, Углеводы-45, Калорийность-303	9-36
200	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	5-64
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-36
33	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-60	2-25
816	<b>Итого за Обед</b>	Белки-40, Жиры-25, Углеводы-131, Калорийность-908	98-46
<b>Полдник</b>			
100	<b>Цирозкй печенье с капустой</b> <i>капуста в/к, мука пшеничная в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная, орехи сухие</i>	Белки-7, Жиры-9, Углеводы-37, Калорийность-258	20-51
200	<b>Напиток вишнево - смородиновый</b> <i>сахар-песок, вишня с/м, смородина черная с/м</i>	Углеводы-16, Калорийность-66	9-02
300	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-7, Жиры-9, Углеводы-53, Калорийность-324	29-53
300	<b>Итого за день</b>	Белки-47, Жиры-34, Углеводы-184, Калорийность-1 231	127-99

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.П.

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 (руб)
<b>Завтрак</b>			
10/20	<b>Бутерброд с маслом</b> <i>батон нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10, Калорийность-112	14-92
250	<b>Каша молочная рисовая</b> <i>молоко 2,5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-317	26-69
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	34-80
200	<b>Какао с молоком</b> <i>молоко 2,5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-111	11-59
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-52
<b>710</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-16, Жиры-19, Углеводы-119, Калорийность-704	<b>90-52</b>
<b>Обед</b>			
70	<b>Огурцы свежие</b>	Белки-1, Углеводы-2, Калорийность-11	11-51
250/30	<b>Суп картофельный с клецками</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-119	11-04
100	<b>Бифштекс по домашнему</b> <i>фарш мясной (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в с, лук в/к, мука пшеничная в с, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-18, Углеводы-12, Калорийность-260	65-77
180	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321	9-91
200	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	5-64
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-20
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-91	3-56
<b>930</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-45, Жиры-28, Углеводы-150, Калорийность-1 032	<b>111-57</b>
<b>Полдник</b>			
150	<b>Пирожки печеные с капустой</b> <i>капуста в/к, мука пшеничная в с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие</i>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-56, Калорийность-387	30-76
200	<b>Напиток вишнево-смородиновый</b> <i>сахар-песок, вишня с/м, смородина черная с/м</i>	Углеводы-16, Калорийность-66	9-02
<b>350</b>	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-72, Калорийность-452	<b>39-78</b>
<b>350</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-71, Жиры-60, Углеводы-341, Калорийность-2 189	<b>241-87</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.Н.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
5/20	<b>Бутерброд с маслом</b> <i>батон парезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Калорийность-80	
200	<b>Каша молочная рисовая</b> <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-42, Калорийность-254	
150	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	
190	<b>Какао с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-105	
24	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-56	
<b>Завтрак2</b>			
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
823	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-16, Жиры-17, Углеводы-129, Калорийность-768	<b>78-30</b>
<b>Обед</b>			
70	<b>Огурцы свежие</b>	Белки-1, Углеводы-2, Калорийность-11	
200/23	<b>Суп картофельный с клецками</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-94	
90	<b>Бифштекс по домашнему</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-16, Углеводы-11, Калорийность-234	
170	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-20, Жиры-5, Углеводы-45, Калорийность-303	
200	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	
44	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-103	
48	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16, Калорийность-87	
<b>Полдник</b>			
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
1 079	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-44, Жиры-28, Углеводы-179, Калорийность-1 147	<b>108-07</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

МП

