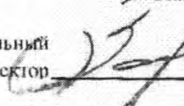


Меню СОШ (7-11, 1 см)

Выход (г)	Наименование Блюда	ж. белк. (грамм), Жиры (г), углеводы (г), Калорийность (ккал), энергетическая ценность (кДж)	Стоимость (рубль)
Завтрак			
210	Плов из свеклы <i>плов рисовый, морковь с/с, свекла вареная, лук репчатый, масло подсолнечное, душистые травы, черный перец, лавровый лист</i>	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-78, Калорийность-207	56-77
58	Печенье Овсяное	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25, Калорийность-141	10-09
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-40	2-20
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-45
518,	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-19, Углеводы-82, Калорийность-585	73-51
Обед			
60	Салат из белокочанной капусты с яблоком. <i>капуста в к, яблоко зеленое (вит), масло подсолнечное, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4,5, Углеводы-4, Калорийность-74	9-89
200	Рассольник ленинградский <i>картофель в к, огурцы соленые, морковь в к, крупа перловая, лук в к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4,6, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-91	16-18
90	Биточки рыбные (горбуша) с соусом <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в с, сухари панировочные, яйцо куриное с2, масло сливочное, соль йодированная, сметана 15%, мука пшеничная в с, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-7, Калорийность-125	63-19
160	Картофельное пюре <i>картофель в к, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-25, Калорийность-171	34-52
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-31, Калорийность-124	7-24
29,9	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-67
31	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-56	2-30
770,9	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-24, Углеводы-106, Калорийность-711	135-99
770,9	Итого за день	Белки-43, Жиры-43, Углеводы-188, Калорийность-1 296	209-50

Бухгалтер-
калькулятор


Головина М.И.

Генеральный
директор


А.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ (7-11, 2 см)

Выход (г)	Наименование блюда	н. бел. (г/100г), Жиры (г/100г), Углеводы (г/100г), Калорийность (кДж)	Стоимость (руб/шт)
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты с яблоком. <small>капуста в к., яблоко (среднее) (шт), масло подсолнечное, соль йодированная</small>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-7, Калорийность-100	16-49
250	Рассольник ленинградский <small>картофель в к., огурцы свежие, морковь в к., крупа перловая, лук в к., масло подсолнечное, соль йодированная</small>	Белки-7, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-113	20-23
200	Плов из свинины <small>крупа рисовая, морковь в к., свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в к., перец чёрный молотый, лавровый лист</small>	Белки-11, Жиры-14, Углеводы-18, Калорийность-255	54-07
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного <small>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</small>	Углеводы-31, Калорийность-124	7-24
37,5	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-89	3-34
50	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-91	3-71
837,5	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-24, Углеводы-109, Калорийность-795	105-08

Полдник

100	Ватрушка с творогом и изюмом <small>мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, изюм, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное, ванилин</small>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-48, Калорийность-306	35-69
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-32
300	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-7, Углеводы-68, Калорийность-391	46-01
300	Итого за день	Белки-38, Жиры-31, Углеводы-177, Калорийность-1186	151-09

Бухгалтер-калькулятор

[Подпись]

Головина М.И.

Генеральный директор

[Подпись]

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор



Меню СОШ 12-18

Код	Наименование блюда	мл. белк. (г/100г), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витаминизированный (г/100г)	Стоимость питания
Завтрак			
270	Плов из свеклы <i>свиное мясо, морковь в к, свекла, лук, подсолнечное, растительное, лук в к, зерновой рис</i>	Белки-19, Жиры-30, Углеводы-42, Калорийность-309	72-99
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	10-09
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай зерновой лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-20
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-45
50	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-91	3-71
628	Итого за Завтрак	Белки-29, Жиры-35, Углеводы-141, Калорийность-1 008	93-44
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты с яблоком. <i>капуста в к, яблоко зеленое (вит), масло подсолнечное, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7, Калорийность-123	16-49
250	Рассольник ленинградский <i>картофель в к, ошпаренные, морковь в к, крупа перловая, лук в к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-113	20-23
100	Биточки рыбные (горбуша) с соусом <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в с, сухари панировочные, яйцо куриное с2, масло сливочное, соль йодированная, сметана 15%, мука пшеничная в с, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-8, Калорийность-132	64-63
180	Картофельное пюре <i>картофель в к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-28, Калорийность-193	38-83
180	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-28, Калорийность-112	6-52
30	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-23
840	Итого за Обед	Белки-21, Жиры-28, Углеводы-98, Калорийность-727	148-93
Полдник			
100	Ватрушка с творогом и изюмом <i>мука пшеничная в с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, изюм, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное, ванилин</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-48, Калорийность-306	35-69
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-32
50	Фруктовая нарезка (банан)	Углеводы-6, Калорийность-23	12-90
350	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-7, Углеводы-74, Калорийность-415	58-91
350	Итого за день	Белки-63, Жиры-70, Углеводы-313, Калорийность-2 149	301-28

Бухгалтер-калькулятор

Головина М.И.

Генеральный директор

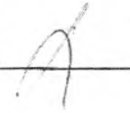
Д.А. Загонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ ОВЗ

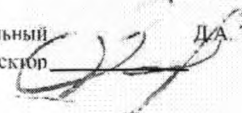
Высота (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
210	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в к, лавровый лист</i>	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-19, Калорийность-267	
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	
51	Печенье сахарное	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213	
200	Чай б/с		
Итого за Завтрак		Белки-19, Жиры-19, Углеводы-82, Калорийность-585	81-82
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты с яблоком. <i>капуста в к, яблоко зеленое (вит), масло подсолнечное, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-123	
250	Рассольник ленинградский <i>картофель в к, ошпаренные, морковь в к, крупа перловая, лук в к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-113	
200	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в к, лавровый лист</i>	Белки-11, Жиры-14, Углеводы-18, Калорийность-255	
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный сахар-песок</i>	Углеводы-31, Калорийность-124	
37,5	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-89	
50	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-91	
51	Печенье сахарное	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213	
200	Чай б/с		
Итого за Обед		Белки-29, Жиры-29, Углеводы-147, Калорийность-1 008	113-39
Итого за день		Белки-48, Жиры-48, Углеводы-229, Калорийность-1593	

Бухгалтер-
калькулятор



Головина М.И.

Генеральный
директор



Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

