



03.12.2024 1вт

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
90	Шницель припущенный из птицы с соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7, Калорийность-177	36-38
165	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-21, Калорийность-150	23-91
195	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-59	2-07
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	3-53
36	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-85	3-09
506	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-16, Углеводы-75, Калорийность-538	68-98
Обед			
60	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-83	7-64
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-114	12-91
15	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-12, Калорийность-60	2-41
100	Азу по-татарски <i>мясо говядина б/к I сорт (гуляш), лук в/к, огурцы солёные, мука пшеничная в/с, томат-паста, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-132	58-93
150	Макароны отварные <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-42, Калорийность-223	11-91
180	Компот из сушеных фруктов (курага) <i>курага, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-25, Калорийность-102	9-79
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-43
725	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-21, Углеводы-115, Калорийность-750	105-02
725	Итого за день	Белки-40, Жиры-38, Углеводы-193, Калорийность-1 287	174-00
Бухгалтер- калькулятор		Головина М.И.	Генеральный директор
		Д.А. Загонский	Согласовано Директор
			МП

Школа 7-11 (2смена)

Адрес: 03.12.2024 1вт
 Комбинат Школьного питания "ОГОНЕК"
 №2
 ИНН 5011077285

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	--	----------------------

Обед

60	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-3, Жиры-7, Углеводы-6, Калорийность-83	7-64
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-114	12-91
15	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-12, Калорийность-60	2-41
90	Шницель припущенный из птицы с соусом <i>филе куриное, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, помидор-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-177	36-38
170	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-25, Калорийность-154	24-64
185	Компот из сушеных фруктов <i>курага, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-26, Калорийность-105	10-06
38	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-69	2-71
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-71
778	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-23, Углеводы-117, Калорийность-809	98-46
<u>Полдник</u>			
100	Булочка творожная <i>мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, масло подсолнечное, орехи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-13, Жиры-4, Углеводы-56, Калорийность-295	24-46
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-182	15-77
300	Итого за Полдник	Белки-14, Жиры-4, Углеводы-71, Калорийность-477	40-23
300	Итого за день	Белки-38, Жиры-30, Углеводы-186, Калорийность-1 285	138-69

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

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
Завтрак			
120	Шницель припущенный из птицы с соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в с. масле подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-236	53-04
220	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-22, Калорийность-265	31-89
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-12
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	3-53
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-29
610	Итого за Завтрак	Белки-23, Жиры-21, Углеводы-85, Калорийность-746	94-87
Обед			
110	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-11, Углеводы-11, Калорийность-151	14-00
250	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-143	16-14
20	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-15, Калорийность-80	3-21
100	Азу по-татарски <i>мясо говядина б/к 1 сорт (суляки), лук в/к, огурцы солёные, мука пшеничная в/с, томат-паста, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-132	58-93
200	Макаронные отварные <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-41, Калорийность-297	15-88
200	Компот из сушеных фруктов (курага) <i>курага, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	10-88
50	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-91	3-57
930	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-28, Углеводы-131, Калорийность-1007	122-61
Полдник			
50	Булочка творожная <i>мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, масло подсолнечное, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-7, Жиры-2, Углеводы-28, Калорийность-148	12-23
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-182	15-77
100	Пряник	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-76, Калорийность-351	14-04
350	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-5, Углеводы-119, Калорийность-681	42-04
350	Итого за день	Белки-62, Жиры-54, Углеводы-334, Калорийность-2433	259-52

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор
Д.А. ЗатонскийСогласовано
Директор

МП

Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	--	----------------------

Завтрак

- 90 **Шницель припущенный из
птицы с соусом**
*фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука
пшеничная в/с, сахар-песок* Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7, Калорийность-177
- 165 **Картофельное пюре**
картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21, Калорийность-150
- 195 **Чай с сахаром**
сахар-песок, чай черный лист Углеводы-15, Калорийность-59
- 20 **Сушки** Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68
- 36 **Хлеб пшеничный.** Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-85

Завтрак2

- 34 **Печенье сахарное** Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142
- 207 **Чай с лимоном.**
сахар-песок, лимон, чай черный лист Углеводы-15, Калорийность-62

747 **Итого за 1-я смена** Белки-21, Жиры-19, Углеводы-115,
Калорийность-742 **78-30**

Обед

- 60 **Салат из белокочанной
капусты с морковью**
капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная Белки-3, Жиры-7, Углеводы-6, Калорийность-83
- 200 **Суп гороховый**
картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная Белки-6, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-114
- 15 **Гренки из пш. хлеба** Углеводы-12, Калорийность-60
- 90 **Шницель припущенный из
птицы с соусом**
*фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука
пшеничная в/с, сахар-песок* Белки-6, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-177
- 170 **Картофельное пюре**
картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная Белки-4, Жиры-5, Углеводы-25, Калорийность-154
- 185 **Компот из сушеных фруктов
(курага)**
курага, сахар-песок, кислота лимонная Углеводы-26, Калорийность-105
- 20 **Хлеб пшеничный.** Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47
- 38 **Хлеб ржано-пшеничный.** Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-69

Полдник

- 34 **Печенье сахарное** Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142
- 207 **Чай с лимоном.**
сахар-песок, лимон, чай черный лист Углеводы-15, Калорийность-62

1 019 **Итого за 2-я смена** Белки-25, Жиры-26, Углеводы-157,
Калорийность-1013 **108-07**

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Загонский

Согласовано
Директор

МП