

Школа 7-11 (1смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
30	Бутерброд с маслом <i>батон нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	10-14
90	Биточек домашний с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат) фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в с, лук в к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо куриное с2</i>	Белки-11, Жиры-12, Углеводы-15, Калорийность-176	36-72
150	Рагу из овощей <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18, Калорийность-124	16-13
203	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	3-60
28	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	2-39
501	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-19, Углеводы-75, Калорийность-524	68-98
Обед			
60	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-78	8-74
200	Суп картофельный с рисом. <i>картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	11-98
100	Чахохбили из куриного филе <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, помидоры, масло подсолнечное, чеснок, соль йодированная, мука пшеничная в/с, кислота лимонная</i>	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-127	58-73
150	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-17, Жиры-4, Углеводы-40, Калорийность-268	8-88
180	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	9-07
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-57
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-14
750	Итого за Обед	Белки-32, Жиры-23, Углеводы-108, Калорийность-771	102-11
750	Итого за день	Белки-47, Жиры-44, Углеводы-177, Калорийность-1 294	171-09

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Загонский

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (2смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
60	Винегрет овощной картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-78	8-74
250	Суп картофельный с рисом. картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-17, Калорийность-122	14-98
90	Биточек домашний с соусом фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо куриное с2	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-15, Калорийность-176	36-72
200	Рагу из овощей картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-165	21-51
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
40	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-43
42	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Углеводы-14, Калорийность-76	3-00
882	Итого за Обед	Белки-23, Жиры-24, Углеводы-117, Калорийность-796	98-46
Полдник			
100	Сочни с творогом. яйцо куриное с2, творог, мука пшеничная в/с, маргарин, сметана 15%, сахар-песок, сода пищевая, соль йодированная	Белки-13, Жиры-20, Углеводы-25, Калорийность-332	34-28
200	Компот из сушеных фруктов груши сушеные, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-28, Калорийность-113	8-21
300	Итого за Полдник	Белки-14, Жиры-20, Углеводы-53, Калорийность-445	42-49
300	Итого за день	Белки-35, Жиры-50, Углеводы-163, Калорийность-1 240	140-95

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Загонский

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			
30	Бутерброд с маслом <i>батон нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	10-14
120	Биточек домашний с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в с, лук в/к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо куриное с2</i>	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-20, Калорийность-235	48-96
200	Рагу из овощей <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-165	21-51
205	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	3-64
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-57
585	Итого за Завтрак	Белки-22, Жиры-23, Углеводы-87, Калорийность-629	86-82
Обед			
100	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-12, Калорийность-129	14-57
250	Суп картофельный с рисом. <i>картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-122	14-98
120	Чахохбили из куриного филе <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, помидоры, масло подсолнечное, чеснок, соль йодированная, мука пшеничная в/с, кислота лимонная</i>	Белки-7, Жиры-9, Углеводы-8, Калорийность-152	70-48
180	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-16, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-211	10-66
180	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	9-07
24	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-56	2-06
17	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-1, Углеводы-6, Калорийность-31	1-21
871	Итого за Обед	Белки-31, Жиры-30, Углеводы-111, Калорийность-778	123-03
Полдник			
92	Сочни с творогом. <i>яйцо куриное с2, творог, мука пшеничная в/с, маргарин, сметана 15%, сахар-песок, сода пищевая, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-18, Углеводы-23, Калорийность-305	31-54
200	Компот из сушеных фруктов <i>груши сушеные, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	8-21
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	9-40
350	Итого за Полдник	Белки-16, Жиры-22, Углеводы-74, Калорийность-559	49-15
350	Итого за день	Белки-68, Жиры-75, Углеводы-271, Калорийность-1966	259-00

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

05.12.2024 1чм

Меню СОШ ОВЗ

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

Завтрак

30	Бутерброд с маслом <i>батон нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	
90	Биточек домашний с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в с, лук в/к, сухари</i>	Белки-11, Жиры-12, Углеводы-15, Калорийность-176	
150	Рагу из овощей <i>панировочные, томат-паста, масло сливочное, лука пшеничная в с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18, Калорийность-124	
203	Чай с лимоном <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в с, соль</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
28	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

Завтрак2

721	Итого за 1-я смена	Белки-21, Жиры-20, Углеводы-104, Калорийность-651	78-30
-----	---------------------------	--	-------

Обед

60	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-78	
250	Суп картофельный с рисом. <i>картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-17, Калорийность-122	
90	Биточек домашний с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в с, лук в/к, сухари</i>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-15, Калорийность-176	
200	Рагу из овощей <i>панировочные, томат-паста, масло сливочное, лука пшеничная в с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо</i>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-165	
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
40	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	
42	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-76	
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

Полдник

1 102	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-24, Углеводы-146 Калорийность-924	108-07
-------	---------------------------	---	--------

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП