

**Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>			
25	<b>Бутерброд с маслом</b> <i>батон нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-80	<b>9-60</b>
205	<b>Каша молочная рисовая</b> <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-10, Углеводы-23, Калорийность-262	<b>22-51</b>
150	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	<b>23-21</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>11-09</b>
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	<b>2-57</b>
<b>600</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-83, Калорийность-588	<b>68-98</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, Калорийность-71	<b>6-14</b>
200	<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-13, Калорийность-85	<b>7-48</b>
90	<b>Бифитекс 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>60-00</b>
180	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321	<b>10-66</b>
180	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-25, Калорийность-102	<b>4-85</b>
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	<b>2-57</b>
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	<b>2-14</b>
<b>770</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-41, Жиры-29, Углеводы-128, Калорийность-938	<b>93-84</b>
<b>770</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-55, Жиры-43, Углеводы-221, Калорийность-1 524	<b>162-82</b>

Бухгалтер-  
калькулятор



Головина М.И.

Генеральный  
директор  
Д.А. ЗатонскийСогласовано  
Директор

МП

23.12.2024 2пн

**Школа 7-11 (2 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Обед</u></b>			
70	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-83	7-17
223	<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-13, Калорийность-94	8-34
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-7, Жиры-10, Углеводы-11, Калорийность-234	60-00
190	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-139	11-25
200	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-105	5-39
37	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-15, Калорийность-87	3-17
44	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-15, Калорийность-80	3-14
854	<b>Итого за Обед</b>	Белки-22, Жиры-23, Углеводы-100, Калорийность-822	98-46
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<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-7, Жиры-9, Углеводы-37, Калорийность-258	21-44
200	<b>Напиток вишнево-смородиновый</b> <i>сахар-песок, вишня с/м, смородина черная с/м</i>	Углеводы-16, Калорийность-66	11-20
300	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-7, Жиры-9, Углеводы-53, Калорийность-324	32-64
300	<b>Итого за день</b>	Белки-50, Жиры-40, Углеводы-197, Калорийность-1 354	131-10
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
<b><u>Завтрак</u></b>			
25	<b>Бутерброд с маслом</b> <i>батон нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Калорийность-80	9-60
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	27-45
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	30-94
200	<b>Какао с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-111	11-67
55	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Углеводы-27, Калорийность-129	4-72
730	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-18, Жиры-15, Углеводы-121, Калорийность-731	84-38
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10, Калорийность-119	10-24
250	<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-2, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-106	9-35
100	<b>Бифитекс 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-14, Жиры-18, Углеводы-12, Калорийность-260	66-67
180	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321	10-66
200	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	5-39
43	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-21, Калорийность-101	3-69
53	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-96	3-78
926	<b>Итого за Обед</b>	Белки-46, Жиры-35, Углеводы-154, Калорийность-1 116	109-78
<b><u>Полдник</u></b>			
150	<b>Пирожки печеные с</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	32-16
200	<b>Напиток вишнево- смородиновый</b> <i>сахар-песок, вишня с/м, смородина черная с/м</i>	Углеводы-16, Калорийность-66	11-20
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-72, Калорийность-452	43-36
350	<b>Итого за день</b>	Белки-74, Жиры-64, Углеводы-346, Калорийность-2 299	237-52
Бухгалтер- калькулятор	Головина М.И.	Генеральный директор	Д.А. Затонский Согласовано Директор
			МП



23.12.2024 2пн

# Меню СОШ ОВЗ

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

## Завтрак

25 **Бутерброд с маслом**

Белки-2, Жиры-4, Калорийность-80

*батон нарезной, масло сливочное*205 **Каша молочная рисовая**

Белки-7, Жиры-7, Углеводы-43, Калорийность-260

*молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная*150 **Яблоко**

Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70

190 **Какао с молоком**

Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-105

*молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)*30 **Хлеб пшеничный.**

Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71

## Завтрак2

34 **Печенье сахарное**

Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142

200 **Чай с сахаром**

Углеводы-15, Калорийность-60

*сахар-песок, чай черный лист*

834

**Итого за 1-я смена**Белки-17, Жиры-17, Углеводы-133,  
Калорийность-788**78-30**

## Обед

70 **Салат из свеклы с  
растительным маслом**

Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-83

*свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная*223 **Суп картофельный с  
клецками**

Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-94

*картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист*90 **Бифштекс по домашнему**

Белки-12, Жиры-16, Углеводы-11, Калорийность-234

*фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная*190 **Гороховое пюре**

Белки-22, Жиры-6, Углеводы-50, Калорийность-339

*крупа горох, масло сливочное, соль йодированная*200 **Компот из сушеных фруктов**

Углеводы-28, Калорийность-113

*смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная*37 **Хлеб пшеничный.**

Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-87

44 **Хлеб ржано- пшеничный.**

Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-80

## Полдник

34 **Печенье сахарное**

Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142

200 **Чай с сахаром**

Углеводы-15, Калорийность-60

*сахар-песок, чай черный лист*

1 088

**Итого за 2-я смена**Белки-46, Жиры-34, Углеводы-184,  
Калорийность-1 232**108-07**Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано

Директор

МП