

Школа 7-11 (1 смена)

| Выход (г) | Наименование блюда | Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|-----------------------|--|--|----------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 25 | Бутерброд с маслом <i>батон нарезной, масло сливочное</i> | Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-80 | 9-60 |
| 205 | Каша молочная рисовая <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-8, Жиры-10, Углеводы-23, Калорийность-262 | 22-51 |
| 150 | Яблоко | Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70 | 23-21 |
| 190 | Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i> | Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-105 | 11-09 |
| 30 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71 | 2-57 |
| 600 | Итого за Завтрак | Белки-16, Жиры-16, Углеводы-83, Калорийность-588 | 68-98 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 60 | Салат из свеклы с растительным маслом <i>свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, Калорийность-71 | 6-14 |
| 200 | Суп картофельный с клецками <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 | 7-48 |
| 90 | Бифштекс по домашнему <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 | 60-00 |
| 180 | Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321 | 10-66 |
| 180 | Компот из сушеных фруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i> | Углеводы-25, Калорийность-102 | 4-85 |
| 30 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71 | 2-57 |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54 | 2-14 |
| 770 | Итого за Обед | Белки-41, Жиры-29, Углеводы-128, Калорийность-938 | 93-84 |
| 770 | Итого за день | Белки-55, Жиры-43, Углеводы-221, Калорийность-1 524 | 162-82 |

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.




Генеральный
директор

Д.А. Затонский


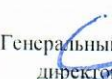
Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (2 смена)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|-----------------------|--|---|---|
| <u>Обед</u> | | | |
| 70 | Салат из свеклы с растительным маслом <i>свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-83 | 7-17 |
| 223 | Суп картофельный с клецками <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 | Бифитекс по домашнему <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 | Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-6, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-139 | 11-25 |
| 200 | Компот из сушеных фруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i> | Углеводы-28, Калорийность-105 | 5-39 |
| 37 | Хлеб пшеничный. | Белки-3, Углеводы-15, Калорийность-87 | 3-17 |
| 44 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-3, Углеводы-15, Калорийность-80 | 3-14 |
| 854 | Итого за Обед | Белки-22, Жиры-23, Углеводы-100, Калорийность-822 | 98-46 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 100 | Пирожки печеные с капустой <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 | Напиток вишнево-смородиновый <i>сахар-песок, вишня с/м, смородина черная с/м</i> | Углеводы-16, Калорийность-66 | 11-20 |
| 300 | Итого за Полдник | Белки-7, Жиры-9, Углеводы-53, Калорийность-324 | 32-64 |
| 300 | Итого за день | Белки-50, Жиры-40, Углеводы-197, Калорийность-1 354 | 131-10 |
| 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 | | |
|---------------------------|--|--|--|-------------------------|----|
| <u>Завтрак</u> | | | | | |
| 25 | Бутерброд с маслом <i>батон нарезной, масло сливочное</i> | Белки-2, Жиры-4, Калорийность-80 | 9-60 | | |
| 250 | Каша молочная рисовая <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-8, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-317 | 27-45 | | |
| 200 | Яблоко | Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94 | 30-94 | | |
| 200 | Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i> | Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-111 | 11-67 | | |
| 55 | Хлеб пшеничный. | Белки-4, Углеводы-27, Калорийность-129 | 4-72 | | |
| 730 | Итого за Завтрак | Белки-18, Жиры-15, Углеводы-121, Калорийность-731 | 84-38 | | |
| <u>Обед</u> | | | | | |
| 100 | Салат из свеклы с растительным маслом <i>свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10, Калорийность-119 | 10-24 | | |
| 250 | Суп картофельный с клецками <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 | Бифитекс по домашнему <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 | Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321 | 10-66 | | |
| 200 | Компот из сушеных фруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i> | Углеводы-28, Калорийность-113 | 5-39 | | |
| 43 | Хлеб пшеничный. | Белки-3, Углеводы-21, Калорийность-101 | 3-69 | | |
| 53 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-4, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-96 | 3-78 | | |
| 926 | Итого за Обед | Белки-46, Жиры-35, Углеводы-154, Калорийность-1 116 | 109-78 | | |
| <u>Полдник</u> | | | | | |
| 150 | Пирожки печеные с капустой <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 | Напиток вишнево-смородиновый <i>сахар-песок, вишня с/м, смородина черная с/м</i> | Углеводы-16, Калорийность-66 | 11-20 | | |
| 350 | Итого за Полдник | Белки-10, Жиры-14, Углеводы-72, Калорийность-452 | 43-36 | | |
| 350 | Итого за день | Белки-74, Жиры-64, Углеводы-346, Калорийность-2 299 | 237-52 | | |
| Бухгалтер- калькулятор |  Головина М.И. | Генеральный директор |  Д.А. Затонский | Согласовано Директор | МП |

Меню СОШ ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|------------------------|--|--|----------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 25 | Бутерброд с маслом <i>батон нарезной, масло сливочное</i> | Белки-2, Жиры-4, Калорийность-80 | |
| 205 | Каша молочная рисовая <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-7, Жиры-7, Углеводы-43, Калорийность-260 | |
| 150 | Яблоко | Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70 | |
| 190 | Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i> | Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-105 | |
| 30 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71 | |
| <u>Завтрак2</u> | | | |
| 34 | Печенье сахарное | Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142 | |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-60 | |
| 834 | Итого за 1-я смена | Белки-17, Жиры-17, Углеводы-133, Калорийность-788 | 78-30 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 70 | Салат из свеклы с растительным маслом <i>свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-83 | |
| 223 | Суп картофельный с клецками <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное е2, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист</i> | Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-94 | |
| 90 | Бифштекс по домашнему <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 | |
| 190 | Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-22, Жиры-6, Углеводы-50, Калорийность-339 | |
| 200 | Компот из сушеных фруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i> | Углеводы-28, Калорийность-113 | |
| 37 | Хлеб пшеничный. | Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-87 | |
| 44 | Хлеб ржано- пшеничный. | Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-80 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 34 | Печенье сахарное | Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142 | |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-60 | |
| 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