

Школа 7-11 (1 смена)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------|--|--|----------------------------|
| Завтрак | | | |
| 50/20 | Митболы с томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль, поджаренная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-7, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-103 | 31-39 |
| 150/5 | Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль, поджаренная</i> | Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156 | 23-04 |
| 58 | Печенье Овсяное | Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141 | 8-70 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-60 | 2-70 |
| 39 | Хлеб пшеничный. | Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-92 | 3-15 |
| 522 | Итого за Завтрак | Белки-17, Жиры-14, Углеводы-89, Калорийность-551 | 68-98 |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из моркови (припуск).. <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i> | Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-86 | 8-54 |
| 200 | Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль, поджаренная, кислота лимонная</i> | Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77 | 13-61 |
| 10 | Сметана к I блюдам. | Жиры-2, Калорийность-16 | 4-94 |
| 200 | Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина в/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль, поджаренная</i> | Белки-22, Жиры-5, Углеводы-39, Калорийность-289 | 61-32 |
| 200 | Сок фруктовый | Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85 | 10-08 |
| 20 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47 | 1-62 |
| 20 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36 | 1-35 |
| 710 | Итого за Обед | Белки-28, Жиры-15, Углеводы-97, Калорийность-636 | 101-46 |
| 710 | Итого за день | Белки-45, Жиры-29, Углеводы-185, Калорийность-1 187 | 170-44 |

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Загонский Д.А.

Согласовано
Директор

Школа 7-11 (2 смена)

ИНН 5811017285

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------|--|--|----------------------------|
| Обед | | | |
| 70 | Салат из моркови (припущ).. <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i> | Белки-1, Жиры-6, Углеводы-11, Калорийность-100 | 9-36 |
| 200 | Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i> | Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77 | 13-61 |
| 10 | Сметана к I блюдам. | Жиры-2, Калорийность-16 | 4-94 |
| 50/40 | Митболы с томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-7, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-115 | 32-89 |
| 150/5 | Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156 | 25-04 |
| 200 | Сок фруктовый | Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85 | 10-08 |
| 28 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66 | 2-26 |
| 25 | Хлеб ржано- пшеничный. | Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45 | 1-68 |
| 778 | Итого за Обед | Белки-18, Жиры-22, Углеводы-98, Калорийность-660 | 98-46 |
| Полдник | | | |
| 50 | Булочка с повидлом и помадкой <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие</i> | Белки-3, Жиры-4, Углеводы-28, Калорийность-190 | 7-43 |
| 200 | Яблоко | Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94 | 26-88 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-60 | 2-70 |
| 450 | Итого за Полдник | Белки-4, Жиры-4, Углеводы-66, Калорийность-343 | 37-01 |
| 450 | Итого за день | Белки-23, Жиры-25, Углеводы-163, Калорийность-1 003 | 135-47 |

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Зягонский Д.А.

Согласовано
Директор

Меню Школа 12-18

| Выход (г) | Наименование блюда | Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------|--|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 50/30 | Митболы с томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-7, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-109 | 32-14 |
| 180/5 | Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, Калорийность-180 | 26-68 |
| 58 | Печенье Овсяное | Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141 | 8-70 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-60 | 2-70 |
| 30 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71 | 2-42 |
| 553 | Итого за Завтрак | Белки-17, Жиры-15, Углеводы-90, Калорийность-560 | 72-64 |
| Обед | | | |
| 100 | Салат из моркови (припуц).. <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i> | Белки-1, Жиры-8, Углеводы-16, Калорийность-143 | 14-23 |
| 250 | Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i> | Белки-2, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-96 | 17-01 |
| 10 | Сметана к I блюдам. | Жиры-2, Калорийность-16 | 4-94 |
| 230 | Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i> | Белки-25, Жиры-6, Углеводы-45, Калорийность-332 | 70-52 |
| 200 | Сок фруктовый | Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85 | 10-08 |
| 30 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71 | 2-42 |
| 30 | Хлеб ржано- пшеничный. | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54 | 2-02 |
| 850 | Итого за Обед | Белки-34, Жиры-20, Углеводы-120, Калорийность-798 | 121-22 |
| Полдник | | | |
| 60 | Булочка с повидлом и помадкой <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие</i> | Белки-4, Жиры-4, Углеводы-34, Калорийность-228 | 8-91 |
| 200 | Яблоко | Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94 | 26-88 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-60 | 2-70 |
| 460 | Итого за Полдник | Белки-5, Жиры-4, Углеводы-71, Калорийность-381 | 38-49 |
| 460 | Итого за день | Белки-56, Жиры-39, Углеводы-281, Калорийность-1 739 | 232-35 |

Бухгалтер-калькулятор Сергеев Першина Т.П.Генеральный директор Затонский Д.А.Согласовано Директор М.П.

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 50/20 | Митболы с томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-7, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-103 | |
| 150/5 | Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156 | |
| 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 | |
| 39 | Хлеб пшеничный. | Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-92 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 50 | Пряник | Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176 | |
| 200 | Чай б/с | | |
| 772. | Итого за 1-я смена | Белки-19, Жиры-16, Углеводы-127, Калорийность-726 | 78-30 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 70 | Салат из моркови (припуц). <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i> | Белки-1, Жиры-6, Углеводы-11, Калорийность-100 | |
| 200 | Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i> | Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77 | |
| 10 | Сметана к I блюдам. | Жиры-2, Калорийность-16 | |
| 50/40 | Митболы с томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-7, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-115 | |
| 150/5 | Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156 | |
| 200 | Сок фруктовый | Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85 | |
| 28 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66 | |
| 25 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Пряник | Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176 | |
| 200 | Чай б/с | | |
| 1 028 | Итого за 2-я смена | Белки-21, Жиры-23, Углеводы-136, Калорийность-836 | 108-07 |

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор