

## Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
50	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>повидло, батон нарезной</i>	Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-65	7-52
200/5	<b>Каша молочная пшеничная с маслом (жидкая.)</b> <i>молоко 2.5%, крупа пшеница, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-247	18-88
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	26-88
190	<b>Какао с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-135	13-64
26	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	2-06
671	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-14, Жиры-11, Углеводы-112, Калорийность-601	68-98
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Столичный" с солёным огурцом</b> <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-115	16-36
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <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
200	<b>Каша гречневая с отварной курицей (филе)</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-21, Жиры-18, Калорийность-331	54-88
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-54
21	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-49	1-70
21	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-38	1-41
702	<b>Итого за Обед</b>	Белки-30, Жиры-31, Углеводы-61, Калорийность-730	94-50
702	<b>Итого за день</b>	Белки-44, Жиры-42, Углеводы-173, Калорийность-1332	163-48

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный  
директор

Зитонский Д.А.

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 (руб)
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом</b> <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-115	16-36
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <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
210	<b>Каша гречневая с отварной курицей (филе)</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-22, Жиры-19, Калорийность-348	57-62
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-54
25	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-02
34	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-62	2-31
729	<b>Итого за Обед</b>	Белки-32, Жиры-32, Углеводы-68, Калорийность-780	98-46
<b>Полдник</b>			
50	<b>Булочка с повидлом и помадкой</b> <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, орешки сухие</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-28, Калорийность-190	7-43
150	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	20-16
200	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
400	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-65, Калорийность-345	37-67
400	<b>Итого за день</b>	Белки-37, Жиры-36, Углеводы-133, Калорийность-1124	136-13

Бухгалтер-калькулятор *Peršina T.P.* Першина Т.П.

Генеральный директор *D.A. Zatonский* Д.А. Затонский

Согласовано Директор





# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
50	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>повидло, батон нарезной</i>	Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-65	7-52
250/5	<b>Каша молочная пшеничная с маслом</b> <i>молоко 2.5%, крупа пшени, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-8, Углеводы-47, Калорийность-300	22-40
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	26-88
200	<b>Какао с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	14-36
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-04
755	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-18, Жиры-12, Углеводы-134, Калорийность-718	75-20
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Салат "Столичный" с солёным огурцом</b> <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-16, Углеводы-5, Калорийность-191	27-27
250	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <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
230	<b>Каша гречневая с отварной курицей (филе)</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-24, Жиры-21, Калорийность-381	63-11
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-54
25	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-02
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	1-68
830	<b>Итого за Обед</b>	Белки-37, Жиры-41, Углеводы-70, Калорийность-892	117-63
<b><u>Полдник</u></b>			
60	<b>Булочка с повидлом и помадкой</b> <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
150	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70	20-16
200	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
410	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-71, Калорийность-383	39-15
410	<b>Итого за день</b>	Белки-61, Жиры-57, Углеводы-274, Калорийность-1 993	231-98

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
50	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>повидло, батон нарезной</i>	Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-65	
200/5	<b>Каша молочная пшеничная с маслом</b> <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-247	
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
190	<b>Какао с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-135	
26	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	
<b>Завтрак2</b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	<b>Чай б/с</b>		
921	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-17, Жиры-12, Углеводы-150, Калорийность-777	<b>78-30</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Столичный" с солёным огурцом</b> <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-115	
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <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	
210	<b>Каша гречневая с отварной курицей (филе)</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-22, Жиры-19, Калорийность-348	
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	
25	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	
34	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-62	
<b>Полдник</b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	<b>Чай б/с</b>		
979	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-35, Жиры-34, Углеводы-106, Калорийность-955	<b>108-07</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор