

Меню Школа 12-18

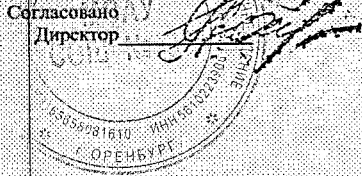
| Выход (г) | Наименование блюда | Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------|---|--|----------------------------|
| Завтрак | | | |
| 65/35 | Чиполлетти из говядины с томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень / томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-9, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-129 | 35-49 |
| 200 | Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299 | 19-37 |
| 200 | Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i> | Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142 | 14-36 |
| 50 | Хлеб пшеничный. | Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118 | 4-04 |
| 550 | Итого за Завтрак | Белки-23, Жиры-17, Углеводы-111, Калорийность-687 | 73-26 |
| Обед | | | |
| 100 | Салат Здоровье <i>морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i> | Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10, Калорийность-104 | 19-00 |
| 250 | Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-119 | 10-00 |
| 100 | Биточек припущенный из птицы <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i> | Белки-12, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-108 | 52-17 |
| 180 | Каша перловая рассыпчатая с овощами <i>крупа перловая, морковь в/к, масло подсолнечное, масло сливочное, лук в/к, соль йодированная</i> | Белки-5, Жиры-10, Углеводы-25, Калорийность-225 | 10-29 |
| 200 | Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок</i> | Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113 | 8-92 |
| 30 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71 | 2-42 |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54 | 2-02 |
| 890 | Итого за Обед | Белки-27, Жиры-25, Углеводы-100, Калорийность-793 | 104-82 |
| Полдник | | | |
| 100 | Булочка школьная <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i> | Белки-9, Жиры-3, Углеводы-66, Калорийность-324 | 7-67 |
| 50 | Пряник | Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176 | 6-30 |
| 200 | Варенец | Белки-6, Жиры-3, Углеводы-8, Калорийность-100 | 33-20 |
| 350 | Итого за Полдник | Белки-17, Жиры-8, Углеводы-112, Калорийность-599 | 47-17 |
| 350 | Итого за день | Белки-67, Жиры-49, Углеводы-322, Калорийность-2 080 | 225-25 |

Бухгалтер-калькулятор

Першина Т.П.


Генеральный директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------------|---|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 65/20 | Чиполлетти из говядины с томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень / томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-9, Жиры-6, Углеводы-8, Калорийность-120 | |
| 180 | Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47, Калорийность-269 | |
| 200 | Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i> | Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142 | |
| 35 | Хлеб пшеничный. | Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-82 | |
| Завтрак2 | | | |
| 30 | Печенье Галеты | Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-97 | |
| 200/5 | Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-61 | |
| 735 | Итого за 1-я смена | Белки-23, Жиры-17, Углеводы-130, Калорийность-770 | 78-30 |
| Обед | | | |
| 85 | Салат Здоровье <i>морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i> | Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-89 | |
| 200 | Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95 | |
| 80/30 | Чиполлетти из говядины с томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень / томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-11, Жиры-7, Углеводы-11, Калорийность-151 | |
| 200 | Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299 | |
| 200 | Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок</i> | Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113 | |
| 20 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47 | |
| 25 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45 | |
| Подник | | | |
| 30 | Печенье Галеты | Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-97 | |
| 200/5 | Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-61 | |
| 1 075 | Итого за 2-я смена | Белки-27, Жиры-26, Углеводы-149, Калорийность-996 | 108-07 |

Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.Генеральный директор  Д.А. Затонский

Согласовано

Директор 