

## 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>			
100	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-109	51-54
160	<b>Макаронны отварные.</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260	10-12
17	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71	2-25
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-70
29	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	2-37
506	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-23, Жиры-17, Углеводы-93, Калорийность-568	68-98
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из красной фасоли</b> <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-3, Калорийность-84	9-43
200	<b>Свекольник.</b> <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-95	15-69
10	<b>Сметана к I блюдам.</b>	Жиры-2, Калорийность-16	4-94
100	<b>Голубцы ленивые.</b> <i>капуста в/к, фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное</i>	Белки-9, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-107	37-69
150	<b>Картофельное пюре.</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-26, Калорийность-168	23-43
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-54
20	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-62
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-35
760	<b>Итого за Обед</b>	Белки-22, Жиры-19, Углеводы-95, Калорийность-673	100-69
760	<b>Итого за день</b>	Белки-45, Жиры-35, Углеводы-188, Калорийность-1 241	169-67

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.И.

Генеральный  
директор

Загородский Д.А.

Согласовано  
Директор

**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>			
65	<b>Салат из красной фасоли</b> <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Калорийность-91	10-22
200	<b>Свекольник.</b> <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-95	15-69
10	<b>Сметана к I блюдам.</b>	Жиры-2, Калорийность-16	4-94
90	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-98	46-39
160	<b>Макаронны отварные.</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260	10-12
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-54
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
32	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-58	2-14
787	<b>Итого за Обед</b>	Белки-30, Жиры-23, Углеводы-121, Калорийность-809	98-46
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка Российская</b> <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с.2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-10, Жиры-12, Углеводы-64, Калорийность-404	12-32
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Напиток апельсиновый</b> <i>сахар-песок, апельсины</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-79
358	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-31
358	<b>Итого за день</b>	Белки-43, Жиры-39, Углеводы-232, Калорийность-1 458	129-77

Бухгалтер-  
калькулятор*Першина Т.П.*Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

# Меню Школа 12-18

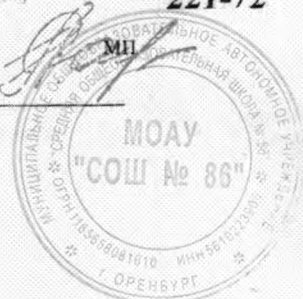
Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Гуляши из филе кур</b> <i>филе куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-109	51-54
180	<b>Макаронны отварные.</b> <i>макаронные изделия (бесовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-53, Калорийность-293	11-39
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	4-49
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-70
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-23
554	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-26, Жиры-19, Углеводы-117, Калорийность-697	73-35
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из красной фасоли</b> <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-6, Калорийность-140	15-72
250	<b>Свекольник.</b> <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-119	19-61
10	<b>Сметана к I блюдам.</b>	Жиры-2, Калорийность-16	4-94
100	<b>Голубцы ленивые.</b> <i>капуста в/к, фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, соль йодированная, масло сливочное</i>	Белки-9, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-107	37-69
180	<b>Картофельное пюре.</b> <i>картофель в/к, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31, Калорийность-201	28-12
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-54
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-62
900	<b>Итого за Обед</b>	Белки-28, Жиры-23, Углеводы-112, Калорийность-828	117-06
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка Российская</b> <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-10, Жиры-12, Углеводы-64, Калорийность-404	12-32
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Напиток апельсиновый</b> <i>сахар-песок, апельсины</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-29
358	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-31
358	<b>Итого за день</b>	Белки-67, Жиры-58, Углеводы-340, Калорийность-2 175	221-72

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><u>Завтрак</u></b>			
100	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-109	
160	<b>Макаронны отварные.</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260	
17	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
29	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
<b><u>Завтрак2</u></b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	<b>Чай б/с</b>		
756	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-25, Жиры-18, Углеводы-131, Калорийность-743	<b>78-30</b>
<b><u>Обед</u></b>			
65	<b>Салат из красной фасоли</b> <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Калорийность-91	
200	<b>Свекольник.</b> <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-95	
10	<b>Сметана к I блюдам.</b>	Жиры-2, Калорийность-16	
90	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-98	
160	<b>Макаронны отварные.</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260	
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	
32	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-58	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	<b>Чай б/с</b>		
1 037	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-32, Жиры-24, Углеводы-159, Калорийность-984	<b>108-07</b>

Бухгалтер-калькулятор Першина Т.П.

Генеральный директор Д.А. Затонский

Согласовано Директор М.И. [подпись]

