

Школа 7-11 (2 смена)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------|--|--|----------------------------|
| Обед | | | |
| 60 | Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-3, Жиры-7, Углеводы-9, Калорийность-115 | 16-36 |
| 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-19, Калорийность-77 | 13-61 |
| 210 | Каша гречневая с отварной курицей (филе) <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-19, Жиры-17, Углеводы-7, Калорийность-348 | 57-62 |
| 200 | Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i> | Углеводы-34, Калорийность-120 | 6-54 |
| 25 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-16, Калорийность-59 | 2-02 |
| 34 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-62 | 2-31 |
| 729 | Итого за Обед | Белки-28, Жиры-28, Углеводы-96, Калорийность-780 | 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 |
| 150 | Яблоко | Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70 | 20-16 |
| 200 | Сок фруктовый | Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85 | 10-08 |
| 400 | Итого за Полдник | Белки-5, Жиры-4, Углеводы-65, Калорийность-345 | 37-67 |
| 400 | Итого за день | Белки-33, Жиры-32, Углеводы-161, Калорийность-1125 | 136-13 |

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

Меню Школа 12-18

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------|--|--|----------------------------|
| Завтрак | | | |
| 50 | Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i> | Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-65 | 7-52 |
| 250/5 | Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-10, Жиры-8, Углеводы-47, Калорийность-300 | 22-40 |
| 200 | Яблоко | Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94 | 26-88 |
| 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 |
| 755 | Итого за Завтрак | Белки-18, Жиры-12, Углеводы-134, Калорийность-718 | 75-20 |
| Обед | | | |
| 100 | Салат "Столичный" с солёным огурцом <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 | 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 |
| 230 | Каша гречневая с отварной курицей (филе) <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 | Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i> | Углеводы-29, Калорийность-120 | 6-54 |
| 25 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59 | 2-02 |
| 25 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45 | 1-68 |
| 830 | Итого за Обед | Белки-37, Жиры-41, Углеводы-70, Калорийность-892 | 117-63 |
| 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 |
| 150 | Яблоко | Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70 | 20-16 |
| 200 | Сок фруктовый | Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85 | 10-08 |
| 410 | Итого за Полдник | Белки-6, Жиры-4, Углеводы-71, Калорийность-383 | 39-15 |
| 410 | Итого за день | Белки-61, Жиры-57, Углеводы-274, Калорийность-1993 | 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 (р/б) |
|-----------------|--|--|----------------------------|
| Завтрак | | | |
| 50 | Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i> | Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-65 | |
| 200/5 | Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшени, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-8, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-247 | |
| 200 | Яблоко | Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94 | |
| 190 | Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i> | Белки-3, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-135 | |
| 26 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61 | |
| Завтрак2 | | | |
| 50 | Пряник | Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176 | |
| 200 | Чай б/с | | |
| 921 | Итого за 1-я смена | Белки-17, Жиры-12, Углеводы-150, Калорийность-777 | 78-30 |
| Обед | | | |
| 60 | Салат "Столичный" с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-4, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-115 | |
| 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 | |
| 210 | Каша гречневая с отварной курицей (филе) <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 | Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i> | Углеводы-29, Калорийность-120 | |
| 25 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59 | |
| 34 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-62 | |
| Полдник | | | |
| 50 | Пряник | Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176 | |
| 200 | Чай б/с | | |
| 979 | Итого за 2-я смена | Белки-35, Жиры-34, Углеводы-106, Калорийность-955 | 108-07 |

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Загонский

Согласовано
Директор

МП

