

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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

МП



Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
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	
<u>Завтрак2</u>			
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
<u>Обед</u>			
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	
<u>Полдник</u>			
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