

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-78	9-03
200/5	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-247	19-29
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
180	Кофейный напиток с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17, Калорийность-85	13-89
37	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-79	3-01
682	Итого за Завтрак	Белки-14, Жиры-11, Углеводы-113, Калорийность-582	68-98
Обед			
70	Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-4, Калорийность-134	19-17
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	12-82
100	Котлета мясная из куриного филе с морковью с соусом <i>фарш куриный, морковь в/к, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, масло сливочное, масло подсолнечное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-135	38-75
150	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-10, Углеводы-29, Калорийность-234	18-19
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
21	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	1-70
21	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	1-41
762	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-33, Углеводы-103, Калорийность-795	98-43
762	Итого за день	Белки-36, Жиры-43, Углеводы-215, Калорийность-1 377	167-41

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
	Котлета рыбная из горбуши		
100	"Школьная" с соусом томатным <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная/томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11,54, Жиры-10,64, Углеводы-13,72, Калорийность-196,8	38-43
150/5	Картофель отварной 150/5 <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,23, Жиры-8,27, Углеводы-26,13, Калорийность-191,87	21-20
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-11,2, Калорийность-54,72	2-83
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-7,56, Калорийность-30,32	2-50
50	Хлеб пшеничный.	Белки-3,8, Жиры-0,6, Углеводы-23,85, Калорийность-116	4-02
525	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-20, Углеводы-82, Калорийность-590	68-98
Обед			
60	Салат из моркови "По-корейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-0,76, Жиры-3,05, Углеводы-5, Калорийность-49,25	6-60
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4,78, Жиры-1,6, Углеводы-15,2, Калорийность-94,32	10-76
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	2-27
90	Азу по-татарски <i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, томат-паста, огурцы солёные, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i>	Белки-10,27, Жиры-11,52, Углеводы-7, Калорийность-172,36	58-04
160	Каша гречневая (рассыпчатая) <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	11-73
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-35
745	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-23, Углеводы-100, Калорийность-701	100-83
745	Итого за день	Белки-45, Жиры-44, Углеводы-182, Калорийность-1 291	169-81

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

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Административное общество
"Комбинат школьного питания "ОГОНЕК"
ИНН 581707285

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
224	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-15, Жиры-18, Углеводы-19, Калорийность-300	54-54
50	Пряник	Белки-2,5, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-175,5	6-30
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10,15, Калорийность-40,89	4-13
50	Хлеб пшеничный.	Белки-2,43, Жиры-1, Углеводы-19,56, Калорийность-92,37	4-01
529	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-20, Углеводы-87, Калорийность-608	68-98
Обед			
70	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-96	8-56
200	Суп гречневый с овощами(д.с. аллергия) <i>картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-107	10-42
100	Котлеты по-хлыновски с соусом томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш куриный, картофель в/к, лук в/к, яйцо куриное с2, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная/томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-10,28, Углеводы-8,73, Калорийность-174,44	49-90
160	Макаронны отварные с маслом. <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-37, Калорийность-201	10-63
200	Компот из свежих яблок с лимоном шк <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-23, Калорийность-94	14-11
20	Хлеб пшеничный.	Белки-1,52, Углеводы-9,54, Калорийность-46,4	1-62
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1,54, Углеводы-9,8, Калорийность-46,8	1-35
770	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-26, Углеводы-110, Калорийность-766	96-59
770	Итого за день	Белки-42, Жиры-46, Углеводы-197, Калорийность-1374	165-57

Бухгалтер-калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный директор

Загонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
110	Шницель домашний (с соусом) <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-9,39, Жиры-14,13, Углеводы-10,89, Калорийность-208,29	45-28
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	11-73
200	Чай с вареньем из черной смородины <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-20	8-18
47	Хлеб пшеничный.	Белки-3,57, Жиры-0,56, Углеводы-22,42, Калорийность-109	3-79
517	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-20, Углеводы-72, Калорийность-548	68-98
Обед			
70	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-95	9-22
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-1,43, Углеводы-18, Калорийность-101,3	18-90
90	Митболы с соусом томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9,54, Жиры-9,68, Углеводы-10,78, Калорийность-168,4	42-21
160	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-11,43, Жиры-5,67, Углеводы-42,45, Калорийность-266,55	9-43
200	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106	13-65
21	Хлеб пшеничный.	Белки-1,6, Углеводы-10,02, Калорийность-44,7	1-70
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1,54, Углеводы-10, Калорийность-48,2	1-35
761	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-23, Углеводы-112, Калорийность-830	96-46
761	Итого за день	Белки-47, Жиры-44, Углеводы-184, Калорийность-1378	165-44

Бухгалтер-
калькулятор  Першина Т.П.Генеральный
директор  Загонский 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)
Обед			
60	Салат "Столичный" б/к 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	16-43
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	12-82
100	Котлета мясная из куриного филе с морковью с соусом <i>фарш куриный, морковь в/к, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, масло сливочное, масло подсолнечное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-135	38-75
170	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-12, Углеводы-33, Калорийность-265	20-62
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-39
23	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-49	1-83
24	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58	1-62
777	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-32, Углеводы-108, Калорийность-818	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	17-82
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
400	Итого за Полдник	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-67, Калорийность-354	35-33
400	Итого за день	Белки-26, Жиры-36, Углеводы-176, Калорийность-1 172	133-79

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский 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)
Обед			
80	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-66	8-80
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	10-76
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	2-27
100	Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с соусом <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-108	43-62
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	21-20
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
26	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-63	1-73
776	Итого за Обед	Белки-16, Жиры-15, Углеводы-105, Калорийность-615	98-46
Полдник			
100	Кекс "Столичный" с изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное с2, изюм, сахарная пудра, соль йодированная, сода пищевая</i>	Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	22-84
200	Чай б/с		0-77
300	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	23-61
300	Итого за день	Белки-20, Жиры-33, Углеводы-167, Калорийность-1 038	122-07

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

МП

28.02.2024, 1ср

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-138	12-23
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-93	10-42
240	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-16, Жиры-26, Углеводы-55, Калорийность-529	58-44
190	Компот из свежих яблок с лимоном шк <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-23, Калорийность-95	13-40
27	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-58	2-15
27	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-65	1-82
784	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-41, Углеводы-130, Калорийность-977	98-46
Полдник			
100	Корж молочный <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло подсолнечное, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, сода пищевая, кислота лимонная, ванилин</i>	Белки-7, Жиры-14, Углеводы-70, Калорийность-433	12-19
60	Печенье "Мария"	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-44, Калорийность-228	10-42
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-36, Калорийность-134	7-12
360	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-17, Углеводы-151, Калорийность-795	29-73
360	Итого за день	Белки-36, Жиры-58, Углеводы-280, Калорийность-1 772	128-19

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.


Генеральный
директор

Затонский 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)
Обед			
60	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-81	7-90
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101	18-90
110	Шницель домашний (с соусом) <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-15, Углеводы-13, Калорийность-227	45-28
150	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197	11-00
180	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-14, Калорийность-96	12-29
21	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	1-68
21	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	1-41
742	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-27, Углеводы-101, Калорийность-798	98-46
Полдник			
50	Булочка с посыпкой и изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, изюм, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, ванилин</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-31, Калорийность-198	6-62
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
450	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-68, Калорийность-351	32-93
450	Итого за день	Белки-29, Жиры-34, Углеводы-170, Калорийность-1 149	131-39
Бухгалтер-калькулятор	 Першина Т.П.	Генеральный директор  Затонский Д.А.	Согласовано Директор _____ МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Бутерброд с повидлом (бат) <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-0,58, Жиры-0,6, Углеводы-8,02, Калорийность-39,8	9-03
250/5	Каша молочная пшеничная с маслом (жидкая.) <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10,66, Жиры-14,11, Углеводы-25,71, Калорийность-272,47	22-92
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	Кофейный напиток с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-14,53, Калорийность-88,62	15-43
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-116	4-04
765	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-18, Углеводы-95, Калорийность-610	75-18
Обед			
100	Салат "Столичный" с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-7,27, Жиры-7,46, Углеводы-5,42, Калорийность-117,9	27-39
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	16-03
100	Котлета мясная из куриного филе с морковью с томатным соусом <i>фарш куриный, морковь в/к, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, масло сливочное, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-7,91, Жиры-7,89, Углеводы-8,96, Калорийность-138,49	38-75
200	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-13, Углеводы-39, Калорийность-293,73	24-25
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29,24, Калорийность-119,88	6-39
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58	2-02
25	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12,25, Калорийность-58,52	1-68
900	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-33, Углеводы-120, Калорийность-883	116-51
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-8,66, Жиры-9,29, Углеводы-22,13, Калорийность-206,77	8-92
150	Яблоко	Белки-1, Углеводы-11, Калорийность-47,84	17-82
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
410	Итого за Полдник	Белки-10, Жиры-10, Углеводы-56, Калорийность-348	36-82
410	Итого за день	Белки-55, Жиры-60, Углеводы-271, Калорийность-1841	228-51

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

МП

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак**Котлета рыбная из горбуши**

100 "Школьная" с соусом томат-ным Белки-11,54, Жиры-10,64, Углеводы-13,72, Калорийность-196,8 **43-62**

ным

филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная
томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок

180/5 **Картофель отварной** Белки-4, Жиры-10, Углеводы-31,35, Калорийность-229,71 **24-47**
картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная

20 **Сушки** Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-55 **2-83**

200 **Чай фруктовый** Углеводы-8, Калорийность-30 **2-50**
сахар-песок, яблоко, чай черный лист

60 **Хлеб пшеничный** Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29, Калорийность-139 **4-85**

565 **Итого за Завтрак** Белки-22, Жиры-22, Углеводы-92, Калорийность-651 **78-27**

Обед

100 **Салат из моркови "Покорейски"** Белки-1,27, Жиры-5,08, Углеводы-7,82, Калорийность-82,08 **11-00**
морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная

250 **Суп гороховый** Белки-6, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-118 **13-45**
картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная

15 **Гренки из пш. хлеба** Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35 **2-27**

100 **Азу по-татарски** Белки-11,41, Жиры-12,8, Углеводы-8, Калорийность-191,48 **64-49**
мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, томат-паста, огурцы солёные, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок

180 **Каша гречневая** Белки-7, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-236,24 **13-20**
крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная

200 **Сок фруктовый** Углеводы-23, Калорийность-94 **10-08**

30 **Хлеб ржано-пшеничный** Белки-2,31, Углеводы-15, Калорийность-70,2 **2-02**

875 **Итого за Обед** Белки-29, Жиры-27, Углеводы-117, Калорийность-826 **116-51**

Полдник

100 **Кекс "Столичный" с изюмом** Белки-7,86, Жиры-9,15, Углеводы-51,5, Калорийность-319,79 **22-84**
мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное с2, изюм, сахарная пудра, соль йодированная, сода пищевая

51 **Печенье сахарное** Белки-4, Жиры-4,69, Углеводы-8,7, Калорийность-92,33 **6-74**

200 **Чай б/с** **0-77**

351 **Итого за Полдник** Белки-12, Жиры-14, Углеводы-60, Калорийность-412 **30-35**

351 **Итого за день** Белки-63, Жиры-62, Углеводы-269, Калорийность-1889 **225-13**

Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.

Генеральный директор  Затонский Д.А.

Согласовано
Директор _____

МП

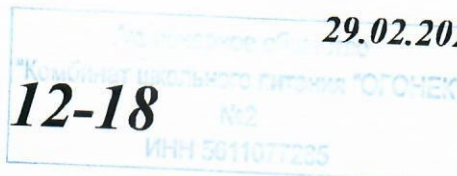
Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
270	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-18, Жиры-29, Углеводы-62, Калорийность-595	65-74
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-13
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
575	Итого за Завтрак	Белки-24, Жиры-31, Углеводы-139, Калорийность-938	80-21
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-138	12-23
250	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-116	13-02
100	Котлеты по-хлыновски с соусом томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш куриный, картофель в/к, лук в/к, яйцо куриное с2, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-9, Калорийность-174	49-90
200	Макаронны отварные с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-47, Калорийность-251	13-29
200	Компот из свежих яблок с лимоном <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	14-11
40	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23
40	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-96	2-69
930	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-32, Углеводы-147, Калорийность-960	108-47
Полдник			
100	Корж молочный <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло подсолнечное, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, сода пищевая, кислота лимонная, ванилин</i>	Белки-7, Жиры-14, Углеводы-70, Калорийность-433	12-19
60	Печенье "Мария"	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-44, Калорийность-228	10-42
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-36, Калорийность-134	7-12
360	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-17, Углеводы-151, Калорийность-795	29-73
360	Итого за день	Белки-63, Жиры-80, Углеводы-437, Калорийность-2 693	218-41

Бухгалтер-
калькуляторПершина Т.П.Генеральный
директорЗатонский Д.А.Согласовано
Директор

МП

Меню Школа 12-18



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
130	Шницель домашний (с соусом) <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-18, Углеводы-15, Калорийность-269	53-51
200	Каша гречневая (рассыпчатая) <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-42, Калорийность-262	14-67
200	Чай с вареньем из черной смородины <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	8-18
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
580	Итого за Завтрак	Белки-24, Жиры-26, Углеводы-86, Калорийность-700	80-40
Обед			
100	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136	13-17
250	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-127	23-63
70	Митболы <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-6, Калорийность-127	40-75
30	Соус томатный <i>томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Жиры-1, Углеводы-2, Калорийность-18	2-19
200	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-23, Жиры-6, Углеводы-53, Калорийность-357	11-79
200	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-106	13-65
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
910	Итого за Обед	Белки-44, Жиры-25, Углеводы-136, Калорийность-1007	109-62
Полдник			
60	Булочка с посыпкой и изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, изюм, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, ванилин</i>	Белки-5, Жиры-8, Углеводы-37, Калорийность-237	7-94
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
460	Итого за Полдник	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-74, Калорийность-391	34-25
460	Итого за день	Белки-74, Жиры-58, Углеводы-296, Калорийность-2098	224-27

Бухгалтер-калькулятор  Черпина Т.П.

Генеральный директор  Затонский Д.А.

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)
Завтрак			
60	Бутерброд с повидлом (бат) <i>повидло, батон нарезной</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-78	
200/5	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-247	
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
180	Кофейный напиток с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17, Калорийность-85	
37	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-79	
Завтрак2			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
932	Итого за 1-я смена	Белки-16, Жиры-12, Углеводы-151, Калорийность-757	78-30
Обед			
60	Салат "Столичный" б/к 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	
100	Котлета мясная из куриного филе с морковью с томатным соусом <i>филе куриный, морковь в/к, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, масло сливочное, масло подсолнечное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-135	
170	Рис "Светофор" с морковью и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-12, Углеводы-33, Калорийность-265	
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	
23	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-49	
24	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-58	
Полдник			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
1 027	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-34, Углеводы-146, Калорийность-994	108-07

Бухгалтер-калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

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)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

100	Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с томатным соусом <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-101	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	

Завтрак2

20	Печенье "Мария"	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

745

Итого за 1-я смена Белки-14, Жиры-11, Углеводы-115,
Калорийность-598

78-30

Обед

80	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-66	
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	
100	Котлета рыбная из горбуши "Школьная" с томатным соусом <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-108	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	
26	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-63	

Полдник

20	Печенье "Мария"	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

996

Итого за 2-я смена Белки-17, Жиры-16, Углеводы-135,
Калорийность-751

108-07

Бухгалтер-
калькулятор

 Першина Т.П.



Генеральный
директор

 Затонский Д.А.

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>			
224	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-15, Жиры-24, Углеводы-52, Калорийность-494	
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	
<u>Завтрак2</u>			
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	
200	Чай б/с		
763	Итого за 1-я смена	Белки-24, Жиры-33, Углеводы-152, Калорийность-1 000	78-30
<u>Обед</u>			
100	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-138	
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-93	
240	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-16, Жиры-26, Углеводы-55, Калорийность-529	
190	Компот из свежих яблок с лимоном шк <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-23, Калорийность-95	
27	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-58	
27	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-65	
<u>Полдник</u>			
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-163	
200	Чай б/с		
1 018	Итого за 2-я смена	Белки-27, Жиры-48, Углеводы-153, Калорийность-1 140	108-07
Бухгалтер- калькулятор	 Пешина Т.П.	Генеральный директор	 Затонский Д.А.
		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>			
110	Шницель домашний (с соусом) <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-15, Углеводы-13, Калорийность-227	
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	
200	Чай с вареньем из черной смородины <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	
47	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22, Калорийность-100	
<u>Завтрак2</u>			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
737	Итого за 1-я смена	Белки-22, Жиры-22, Углеводы-103, Калорийность-728	78-30
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-81	
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101	
110	Шницель домашний (с соусом) <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-15, Углеводы-13, Калорийность-227	
150	Каша гречневая (рассыпчатая) <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197	
180	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-14, Калорийность-96	
21	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	
21	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	
<u>Полдник</u>			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
962	Итого за 2-я смена	Белки-26, Жиры-28, Углеводы-130, Калорийность-926	108-07

Бухгалтер-калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП