

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
225	Жаркое по-домашнему (свин с морк) 30/195 <i>картофель в/к, свинина б/к, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-13, Углеводы-31, Калорийность-298	54-20
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	4-28
60	Хлеб пшеничный.	Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-141	4-20
540	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-15, Углеводы-114, Калорийность-675	68-98
<u>Обед</u>			
60	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-4, Калорийность-48	9-43
200	Рассольник ленинградский . <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-26, Калорийность-120	14-63
90	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-140	34-70
150	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197	10-55
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-03
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-62
20	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-35
740	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-26, Углеводы-99, Калорийность-661	88-31
740	Итого за день	Белки-44, Жиры-41, Углеводы-213, Калорийность-1 336	157-29

Бухгалтер-
калькулятор  Першина Т.П.

Генеральный
директор  Д.А. Затонский

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			
90	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-72	14-15
200	Рассольник ленинградский . <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-26, Калорийность-120	14-63
100	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-6, Калорийность-156	38-55
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	11-25
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-03
26	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	2-10
26	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-47	1-75
802	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-29, Углеводы-109, Калорийность-738	98-46
Полдник			
100	Булочка Российская <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	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	Напиток апельсиновый <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-29
358	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-31
358	Итого за день	Белки-41, Жиры-45, Углеводы-219, Калорийность-1 388	129-77

 Бухгалтер-
 калькулятор  Першина Т.П.

 Генеральный
 директор  Д.А. Затонский

 MP
 Согласовано
 Директор _____

29.04.2024

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
250	Жаркое по-домашнему <i>картофель в/к, свинина б/к, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-14, Углеводы-35, Калорийность-331	60-22
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	Чай с лимоном сах. <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	3-64
45	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-106	3-64
550	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-16, Углеводы-105, Калорийность-653	73-80
<u>Обед</u>			
100	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-80	15-72
250	Рассольник ленинградский . <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-32, Калорийность-150	18-29
100	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-6, Калорийность-156	38-55
180	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-236	12-66
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-03
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-30, Жиры-33, Углеводы-123, Калорийность-819	105-69
<u>Полдник</u>			
100	Булочка Российская <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	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	Напиток апельсиновый <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-29
358	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-31
358	Итого за день	Белки-63, Жиры-65, Углеводы-339, Калорийность-2 121	210-80

Бухгалтер-
калькулятор Першина Т.П.Генеральный
директор Д.А. ЗатонскийСогласовано
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			
225	Жаркое по-домашнему <i>картофель в/к, свинина б/к, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-13, Углеводы-31, Калорийность-298	54-20
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-10, Калорийность-41	3-64
60	Хлеб пшеничный.	Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-141	4-85
Завтрак2			
20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	3-36
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-70
760	Итого за 1-я смена	Белки-21, Жиры-16, Углеводы-136, Калорийность-780	75-05
Обед			
90	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-72	14-15
200	Рассольник ленинградский . <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-26, Калорийность-120	14-63
100	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-6, Калорийность-156	38-55
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	11-25
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-03
26	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	2-10
26	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-47	1-75
Полдник			
20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	3-36
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-70
1 022	Итого за 2-я смена	Белки-29, Жиры-30, Углеводы-135, Калорийность-863	104-52

Бухгалтер-
калькулятор


Першина Т.П.

Генеральный
директор


Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП