

**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>Чиполлетти из говядины с соусом</b> <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-10, Калорийность-145	40-88
190	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-49, Калорийность-284	18-63
200	<b>Чай с молоком (2022г)</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	7-46
25	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	2-01
515	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-20, Жиры-15, Углеводы-84, Калорийность-548	68-98
<b>Обед</b>			
80	<b>Салат Здоровье</b> <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-84	14-60
200	<b>Суп крестьянский с крупой</b> <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	7-53
100	<b>Биточек припущенный из птицы</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-108	52-17
190	<b>Каша перловая рассыпчатая с овощами</b> <i>крупа перловая, морковь в/к, масло подсолнечное, масло сливочное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-10, Углеводы-27, Калорийность-238	10-77
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	8-77
20	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	1-62
20	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	1-35
810	<b>Итого за Обед</b>	Белки-25, Жиры-23, Углеводы-91, Калорийность-727	96-81
810	<b>Итого за день</b>	Белки-45, Жиры-38, Углеводы-174, Калорийность-1276	165-79

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.И.

Генеральный  
директор

Затоjsкий Д.А.

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>Чиполлетти из говядины с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, теляний томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-145	
190	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-49, Калорийность-284	
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	
25	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	
<b><u>Завтрак2</u></b>			
30	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
750	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-23, Жиры-17, Углеводы-121, Калорийность-723	<b>78-30</b>
<b><u>Обед</u></b>			
90	<b>Салат Здоровье</b> <i>морковь в/к, свекла в/к, горошек теляний, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-94	
200	<b>Суп крестьянский с крупой</b> <i>капусты 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	
100	<b>Чиполлетти из говядины с соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, теляний томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-145	
200	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299	
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	
31	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-75	
<b><u>Полдник</u></b>			
30	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
1 096	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-29, Жиры-27, Углеводы-165, Калорийность-1 064	<b>108-07</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор



**Гимназия №1**

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>Салат из свеклы с черносливом.</b> <i>свекла в/к, чернослив, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-124	15-94
130	<b>Чиполлетти из говядины с соусом</b> <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-14, Жиры-8, Углеводы-13, Калорийность-184	51-47
200	<b>"Картофель по-деревенски" с чесноком</b> <i>картофель в/к, масло подсолнечное, чеснок в/к, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47, Калорийность-277	33-60
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	7-46
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23
679	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-26, Жиры-23, Углеводы-101, Калорийность-737	111-70
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Салат из моркови</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-16, Калорийность-143	13-02
250	<b>Суп крестьянский с крупой</b> <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	9-41
110	<b>Биточек припущенный из птицы</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-2, Углеводы-11, Калорийность-119	57-38
200	<b>Каша перловая рассыпчатая с овощами</b> <i>крупа перловая, морковь в/к, масло подсолнечное, масло сливочное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-11, Углеводы-28, Калорийность-250	11-34
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	8-77
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-96	2-69
940	<b>Итого за Обед</b>	Белки-30, Жиры-28, Углеводы-123, Калорийность-925	105-84
940	<b>Итого за день</b>	Белки-56, Жиры-51, Углеводы-224, Калорийность-1662	217-54

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный  
директор

Затоцкий Д.А.

Согласовано  
Директор