

Школа 7-11 (1 смена)

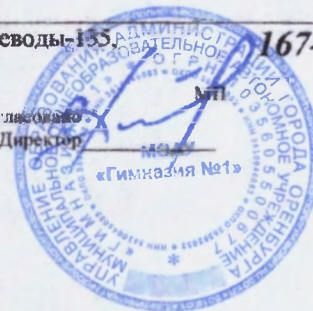
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10/20	Бутерброд с сыром <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-88	10-96
200/5	Каша молочная рисовая (вязкая) <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Калорийность-263	24-00
190	Яблоко	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-89	22-57
200	Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</i>	Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-71	9-75
21	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	1-70
646	Итого за Завтрак	Белки-13, Жиры-12, Углеводы-55, Калорийность-556	68-98
<u>Обед</u>			
70	Огурцы соленые	Белки-2, Углеводы-1, Калорийность-12	12-18
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	5-52
220	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-24, Жиры-18, Углеводы-26, Калорийность-356	66-77
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	1-35
740	Итого за Обед	Белки-31, Жиры-26, Углеводы-80, Калорийность-677	98-32
740	Итого за день	Белки-44, Жиры-39, Углеводы-135, Калорийность-1 233	167-30

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Загонский Д.А.

Согласовано
Директор

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
70	Огурцы соленые	Белки-2, Углеводы-1, Калорийность-12	12-18
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	5-52
220	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-24, Жиры-18, Углеводы-26, Калорийность-356	66-77
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
31	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-66	2-50
21	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	1-41
742	Итого за Обед	Белки-32, Жиры-26, Углеводы-81, Калорийность-681	98-46
<u>Полдник</u>			
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-36, Жиры-45, Углеводы-143, Калорийность-1 105	122-07

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский 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)
<u>Завтрак</u>			
10/20	Бутерброд с сыром <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-88	
200/5	Каша молочная рисовая <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Калорийность-263	
190	Яблоко	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-89	
200	Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток</i>	Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-71	
21	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-45	
<u>Завтрак2</u>			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай б/с		
866	Итого за 1-я смена	Белки-15, Жиры-13, Углеводы-69, Калорийность-624	78-30
<u>Обед</u>			
70	Огурцы соленые	Белки-2, Углеводы-1, Калорийность-12	
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль поваренная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	
220	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядины б/к 1 сорт (гуляши), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-24, Жиры-18, Углеводы-26, Калорийность-356	
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	
31	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-66	
21	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	
<u>Полдник</u>			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай б/с		
962	Итого за 2-я смена	Белки-34, Жиры-27, Углеводы-95, Калорийность-749	108-07

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)
<u>Завтрак</u>			
10/20	Бутерброд с сыром <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-88	10-96
100	Гуляш из говядины <i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-16, Жиры-6, Углеводы-4, Калорийность-132	70-20
180	Картофельное пюре. <i>картофель в/к, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31, Калорийность-201	26-42
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</i>	Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-71	9-75
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
740	Итого за Завтрак	Белки-27, Жиры-18, Углеводы-96, Калорийность-650	143-51
<u>Обед</u>			
100	Огурцы соленые	Белки-3, Углеводы-1, Калорийность-16	17-40
250	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-130	6-90
250	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-27, Жиры-20, Углеводы-29, Калорийность-404	75-88
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
860	Итого за Обед	Белки-37, Жиры-31, Углеводы-90, Калорийность-780	114-70
860	Итого за день	Белки-64, Жиры-49, Углеводы-186, Калорийность-1 430	258-21

Бухгалтер-
калькулятор

Пешина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор