

## Гимназия №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость штания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60	<b>Салат из свеклы с черносливом.</b> <i>свекла в/к, чернослив, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-75	10-12
100/30	<b>Чиполлетти из говядины с томатным соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панцировочные, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное, телять / помид-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-14, Жиры-8, Углеводы-13, Калорийность-184	52-80
200	<b>"Картофель по-деревенски" с чесноком</b> <i>картофель в/к, масло подсолнечное, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47, Калорийность-277	36-94
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-91	7-46
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-23
630	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-26, Жиры-21, Углеводы-103, Калорийность-720	110-55
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из моркови (прилуш).</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-16, Калорийность-143	14-23
250	<b>Суп крестьянский с крупой</b> <i>капустка 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
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	11-43
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	8-92
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-23
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-14, Калорийность-72	2-69
940	<b>Итого за Обед</b>	Белки-29, Жиры-28, Углеводы-118, Калорийность-910	107-88
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка-школьная</b> <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	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200	<b>Варенец</b>	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-8, Калорийность-100	33-20
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-17, Жиры-8, Углеводы-112, Калорийность-599	47-17
350	<b>Итого за день</b>	Белки-72, Жиры-57, Углеводы-332, Калорийность-2 229	265-60

Бухгалтер-  
калькулятор

Нершина Т.П.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

## Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование б. пода	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
65/20	<b>Чиполлетти из говядины с томатным 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-9, Жиры-6, Углеводы-8, Калорийность-130	
180	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47, Калорийность-269	
200	<b>Какао с молоком</b> <i>молоко 2,5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	
35	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-82	
<b><u>Завтрак2</u></b>			
30	<b>Печенье Галеты</b>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-97	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
735	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-23, Жиры-17, Углеводы-130, Калорийность-770	<b>78-30</b>
<b><u>Обед</u></b>			
85	<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-89	
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	
80/30	<b>Чиполлетти из говядины с томатным 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-11, Калорийность-151	
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	
26	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	
25	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	
<b><u>Полдник</u></b>			
30	<b>Печенье Галеты</b>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-97	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
1 075	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-27, Жиры-26, Углеводы-149, Калорийность-996	<b>108-07</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор