

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>			
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
170	Макароны отварные. <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-51, Калорийность-277	10-76
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	3-54
38	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-81	3-10
573	Итого за Завтрак	Белки-23, Жиры-22, Углеводы-130, Калорийность-801	68-98
<u>Обед</u>			
70	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Калорийность-98	10-96
200	Рассольник ленинградский. <i>картофель в/к, охотцы соевые, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-91	13-83
110	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-10, Углеводы-7, Калорийность-172	42-24
160	Каша гречневая (рассыпчатая) <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	11-73
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-31
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	1-62
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	1-35
780	Итого за Обед	Белки-29, Жиры-24, Углеводы-88, Калорийность-734	98-04
780	Итого за день	Белки-53, Жиры-46, Углеводы-218, Калорийность-1 535	167-02

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.И.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эй. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
70	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Калорийность-98	10-96
200	Рассольник ленинградский . <i>картофель в/к, озурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-91	13-83
110	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-10, Углеводы-7, Калорийность-172	42-24
155	Каша гречневая (рассыпчатая) <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32, Калорийность-203	11-37
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-31
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	2-00
26	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-63	1-75
786	Итого за Обед	Белки-30, Жиры-24, Углеводы-92, Калорийность-752	98-46
<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	10-28
358	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-30
358	Итого за день	Белки-43, Жиры-40, Углеводы-203, Калорийность-1 402	129-76

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.Н.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

Гимназия №1

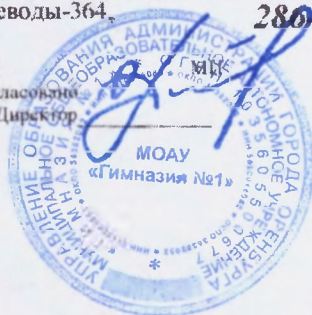
Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Горошек зеленый	Белки-3, Углеводы-7, Калорийность-38	41-88
130	Шницель домашний (с соусом) <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб 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
180	Макароны отварные. <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-53, Калорийность-293	11-39
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	3-54
40	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23
705	Итого за Завтрак	Белки-29, Жиры-25, Углеводы-142, Калорийность-901	119-85
Обед			
100	Салат из свежих помидор <i>помидоры, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-10, Калорийность-114	32-56
250	Рассольник ленинградский. <i>картофель в/к, огурцы соленые, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-113	17-29
130	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-12, Углеводы-8, Калорийность-203	49-92
200	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-42, Калорийность-262	14-67
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-31
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
940	Итого за Обед	Белки-31, Жиры-34, Углеводы-111, Калорийность-901	135-19
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	10-28
358	Итого за Полдник	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-30
358	Итого за день	Белки-73, Жиры-75, Углеводы-364, Калорийность-2 452	280-34

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласован
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>			
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, муки пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-15, Углеводы-13, Калорийность-227	
170	Макаронны отварные. <i>макаронные изделия (кесовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-51, Калорийность-277	
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	
38	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-81	
<u>Завтрак2</u>			
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	
793	Итого за 1-я смена	Белки-25, Жиры-23, Углеводы-159, Калорийность-937	78-30
<u>Обед</u>			
70	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Калорийность-98	
200	Рассольник ленинградский . <i>картофель в/к, огурцы соленые, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-91	
110	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, муки пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-10, Углеводы-7, Калорийность-172	
155	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32, Калорийность-203	
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	
26	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-63	
<u>Полдник</u>			
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	
1 006	Итого за 2-я смена	Белки-32, Жиры-25, Углеводы-122, Калорийность-888	108-07

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Зягонский Д.А.

Согласовано
Директор

