

**Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
225	<b>Жаркое по-домашнему</b> <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-22, Калорийность-238	54-20
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-28
60	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-141	4-20
540	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-20, Жиры-15, Углеводы-105, Калорийность-616	68-98
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из красной фасоли</b> <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-3, Калорийность-84	9-43
200	<b>Рассольник ленинградский.</b> <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	<b>Печень по-строгановски (гов.печень)</b> <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	<b>Каша гречневая (рассыпчатая)</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197	10-55
200	<b>Компот из апельсинов</b> <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-03
20	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-62
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-35
740	<b>Итого за Обед</b>	Белки-28, Жиры-27, Углеводы-95, Калорийность-697	88-31
740	<b>Итого за день</b>	Белки-47, Жиры-42, Углеводы-209, Калорийность-1313	157-29

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный  
директор

Затонский 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)
<b>Обед</b>			
90	<b>Салат из красной фасоли</b> <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Калорийность-126	14-15
200	<b>Рассольник ленинградский.</b> <i>картофель в/к, огурцы соевые, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-8, Углеводы-26, Калорийность-120	14-63
100	<b>Печень по-строгановски</b> <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-7, Углеводы-6, Калорийность-156	38-55
160	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	11-25
200	<b>Компот из апельсинов</b> <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-03
26	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	2-10
26	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-47	1-75
<b>802</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-27, Жиры-25, Углеводы-103, Калорийность-793	<b>98-46</b>
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка Российская</b> <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	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Напиток апельсиновый</b> <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-29
<b>358</b>	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	<b>31-31</b>
<b>358</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-40, Жиры-41, Углеводы-214, Калорийность-1442	<b>129-77</b>

Бухгалтер-калькулятор Першина Т.П.

Генеральный директор Д.А. Зитовский

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>Завтрак</b>			
225	<b>Жаркое по-домашнему</b> <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	
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	
60	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-141	
<b>Завтрак 2</b>			
20	<b>Печенье Галеты</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
<b>760</b>	<b>Итого за 1-я смена</b>	<b>Белки-21, Жиры-16, Углеводы-136, Калорийность-780</b>	<b>78-30</b>
<b>Обед</b>			
90	<b>Салат из красной фасоли</b> <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-5, Калорийность-126	
200	<b>Рассольник ленинградский .</b> <i>картофель в/к, огурцы соленые, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-26, Калорийность-120	
100	<b>Печень по-строгановски</b> <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	
160	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	
200	<b>Компот из апельсинов</b> <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	
26	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	
26	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-47	
<b>Полдник</b>			
20	<b>Печенье Галеты</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
<b>1 022</b>	<b>Итого за 2-я смена</b>	<b>Белки-34, Жиры-31, Углеводы-129, Калорийность-917</b>	<b>108-07</b>

Бухгалтер-калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор





# Гимназия №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Горошек зеленый</b>	Белки-3, Углеводы-7, Калорийность-38	41-88
270	<b>Жаркое по-домашнему</b> <i>картофель в/к, свинина б/к, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-18, Жиры-16, Калорийность-366	78-42
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-28
40	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-23
665	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-27, Жиры-18, Углеводы-79, Калорийность-735	134-11
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из свежих помидор</b> <i>помидоры, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-10, Калорийность-114	32-56
250	<b>Рассольник ленинградский.</b> <i>картофель в/к, огурцы соленые, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-32, Калорийность-150	18-29
100	<b>Печень по-строгановски</b> <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	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-236	12-66
200	<b>Компот из апельсинов</b> <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-03
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-02
890	<b>Итого за Обед</b>	Белки-29, Жиры-38, Углеводы-116, Калорийность-853	122-53
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка Российская</b> <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	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Напиток апельсиновый</b> <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-29
358	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-31
358	<b>Итого за день</b>	Белки-69, Жиры-72, Углеводы-306, Калорийность-2 237	287-95

Бухгалтер-калькулятор Першина Т.П.

Генеральный директор Д.А. Затонский

Согласовано, Директор [подпись]

