Меню СОШ (7-11, 1 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак		
200	**Каша молочная рисовая** молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное , соль йодированная	Белки-7, Жиры-13, Углеводы-33, Калорийность-279	26-95
180	**Яблоко**	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-84	28-51
190	**Кофейный напиток с молоком** молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-75	15-70
26,39	**Хлеб пшеничный**	Белки-5, Углеводы-13, Калорийность-61	2-35
596,39	**Итого за Завтрак**	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-82, Калорийность-500	73-51
	Обед		
80	**Икра морковная** морковь в/к, лук в/к, томат-паста, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная	Белки-3, Жиры-9, Углеводы-8, Калорийность-88	15-93
200	**Борщ из свежей капусты с картофелем.** свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное , томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-119	19-52
90	**Наггетсы куриные с соусом** филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-9, Калорийность-136	51-03
180	**Макароны отварные с маслом** макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, масло сливочное , соль йодированная	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-42, Калорийность-226	10-85
200	**Компот из сушеных фруктов (курага)** курага, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-28, Калорийность-113	11-13
31,54	**Хлеб пшеничный**	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-74	2-85
30	**Хлеб ржано- пшеничный**	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-23
811,54	**Итого за Обед**	Белки-26, Жиры-27, Углеводы-115, Калорийность-810	113-54
811,54	**Итого за день**	Белки-43, Жиры-42, Углеводы-197, Калорийность-1 310	187-05

МП

Бухгалтер-калькулятор Головина М.И. Генеральный директор Д.А. Затолокин Согласовано Директор

МОАУ «Гимназия №1»

АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

07.04.2025 1пн

Меню Гимназия 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак		
240	**Плов из филе птицы** филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная;	Белки-16, Жиры-15, Углеводы-31, Калорийность-375	78-17
200	**Яблоко**	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	31-68
200	**Кофейный напиток с молоком** молоко 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток.	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-94	16-53
50	**Хлеб пшеничный**	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-45
690	**Итого за Завтрак**	Белки-22, Жиры-18, Углеводы-96, Калорийность-681	130-83
	Обед		
100	**Икра морковная** морковь в/к, лук в/к, томат-паста, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная	Белки-4, Жиры-11, Углеводы-11, Калорийность-110	19-92
250	**Борщ из свежей капусты с картофелем** свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное , томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная	Белки-3, Жиры-7, Углеводы-8, Калорийность-149	24-40
130	**Наггетсы куриные с соусом томатным** филе грудки куриное (нарезка кубик), сухари панировочные, томат-паста, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок	Белки-15, Жиры-9, Углеводы-14, Калорийность-198	80-98
200	**Макароны отварные с маслом** макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, масло сливочное , соль йодированная	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-47, Калорийность-251	12-05
200	**Компот из сушеных фруктов (курага)** курага, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-28, Калорийность-113	11-13
33	**Хлеб пшеничный**	Белки-3, Углеводы-16, Калорийность-78	2-94
30	**Хлеб ржано- пшеничный**	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-23
943	**Итого за Обед**	Белки-32, Жиры-33, Углеводы-134, Калорийность-953	153-65
	Полдник		
70	**Ватрушка с творогом** мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, дрожжи сухие, соль йодированная	Белки-10, Жиры-11, Углеводы-29, Калорийность-230	19-58
180	**Сок фруктовый**	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	9-29
100	**Фруктовая нарезка (яблоко)**	Углеводы-11, Калорийность-47	15-84
350	**Итого за Полдник**	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-59, Калорийность-353	44-71
350	**Итого за день**	Белки-86, Жиры-61, Углеводы-289, Калорийность-1 987	329-19

Бухгалтер-калькулятор Головина М.И.

Генеральный директор

МОАУ «Гимназия» Заточский

Директор

МП

Меню СОШ (7-11, 2 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Обед		
60	**Икра морковная** морковь в/к, лук в/к, томат-паста, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная	Белки-2, Жиры-7, Углеводы-6, Калорийность-65	11-95
200	**Борщ из свежей капусты с картофелем.** свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное , томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-119	19-52
90	**Наггетсы куриные с соусом** филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-9, Калорийность-136	51-03
150	**Макароны отварные с маслом** макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, масло сливочное , соль йодированная	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-39, Калорийность-202	9-04
190	**Компот из сушеных фруктов (курага)** курага, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-26, Калорийность-107	10-57
33,32	**Хлеб пшеничный**	Белки-3, Углеводы-16, Калорийность-78	2-97
723,32	**Итого за Обед**	Белки-24, Жиры-24, Углеводы-103, Калорийность-707	105-08
	Полдник		
50	**Ватрушка с творогом** мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, дрожжи сухие, соль йодированная	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-21, Калорийность-164	13-99
180	**Сок фруктовый**	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	9-29
100	**Фруктовая нарезка (яблоко)**	Углеводы-11, Калорийность-47	15-84
330	**Итого за Полдник**	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-50, Калорийность-287	39-12
330	**Итого за день**	Белки-32, Жиры-32, Углеводы-154, Калорийность-944	144-20

МП

Бухгалтер-калькулятор Головина М.И. Генеральный директор Д.А. Затонский Согласовано

АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

07.04.2025 1пн

Меню СОШ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак		
250	**Каша молочная рисовая** молоко 2.5%, крупа рисовая, масло сливочное , сахар-песок, соль йодированная	Белки-9, Жиры-16, Углеводы-36, Калорийность-349	44-44
200	**Яблоко**	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	31-68
200	**Кофейный напиток с молоком** молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16, Калорийность-79	16-53
50	**Хлеб пшеничный**	Белки-4, Углеводы-22, Калорийность-118	4-45
700	**Итого за Завтрак**	Белки-18, Жиры-19, Углеводы-97, Калорийность-639	97-10
	Обед		
100	**Икра морковная** морковь в/к, лук в/к, томат-паста, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная	Белки-4, Жиры-11, Углеводы-11, Калорийность-110	19-92
250	**Борщ из свежей капусты с картофелем.** свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное , томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная	Белки-3, Жиры-7, Углеводы-8, Калорийность-149	24-40
100	**Наггетсы куриные с соусом** филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-143	53-05
180	**Макароны отварные с маслом** макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, масло сливочное , соль йодированная	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-42, Калорийность-226	10-85
180	**Компот из сушеных фруктов (курага)** курага, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-25, Калорийность-102	10-02
33	**Хлеб пшеничный**	Белки-3, Углеводы-16, Калорийность-78	2-94
30	**Хлеб ржано- пшеничный**	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-23
873	**Итого за Обед**	Белки-29, Жиры-31, Углеводы-122, Калорийность-861	123-41
	Полдник		
70	**Ватрушка с творогом** мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, дрожжи сухие, соль йодированная	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-29, Калорийность-230	19-58
180	**Сок фруктовый**	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	9-29
100	**Фруктовая нарезка (яблоко)**	Углеводы-11, Калорийность-47	15-84
350	**Итого за Полдник**	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-59, Калорийность-353	44-71
350	**Итого за день**	Белки-57, Жиры-60, Углеводы-277, Калорийность-1 853	265-22

МП

Бухгалтер-калькулятор Головина М.И.

Генеральный директор Д.А. Затонский

Согласовано Директор

АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

07.04.2025 1нн

Меню СОШ ОВЗ (7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак		
200	**Каша молочная рисовая** молоко 2,5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное , соль йодированная	Белки-7, Жиры-13, Углеводы-33, Калорийность-279	
180	**Яблоко**	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-84	
190	**Кофейный напиток с молоком** молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-75	
20,87	**Хлеб пшеничный**	Белки-4, Углеводы-6, Калорийность-49	
	Завтрак2		
36,1	**Бутерброд с повидлом** повидло, батон нарезной	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	**Чай с сахаром** сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	
826,97	**Итого за 1-я смена**	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-101, Калорийность-594	81-82
	Обед		
60	**Икра морковная** морковь в/к, лук в/к, томат-паста, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная	Белки-2, Жиры-7, Углеводы-6, Калорийность-65	
200	**Борщ из свежей капусты с картофелем** свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное , томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-119	
90	**Наггетсы куриные с соусом** филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-9, Калорийность-136	
150	**Макароны отварные с маслом** макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, масло сливочное , соль йодированная	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-39, Калорийность-202	
190	**Компот из сушеных фруктов (курага)** курага, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-26, Калорийность-107	
27,82	**Хлеб пшеничный**	Белки-3, Углеводы-14, Калорийность-76	
	Полдник		
36,1	**Бутерброд с повидлом** повидло, батон нарезной	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	**Чай с сахаром** сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	
953,92	**Итого за 2-я смена**	Белки-24, Жиры-24, Углеводы-126, Калорийность-811	113-39

Бухгалтер-калькулятор Головина М.И.

Генеральный директор Д.А. Затонский

Согласовано Директор

МП

07.04.2025 1пн

Меню СОШ ОВЗ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак		
200	**Каша молочная рисовая** молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное , соль йодированная	Белки-7, Жиры-13, Углеводы-29, Калорийность-279	
200	**Яблоко**	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
200	**Кофейный напиток с молоком** молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16, Калорийность-79	
42,24	**Хлеб пшеничный**	Белки-3, Углеводы-21, Калорийность-99	
	Завтрак2		
36,1	**Бутерброд с повидлом** повидло, батон нарезной	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	**Чай с сахаром** сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	
878,34	**Итого за 1-я смена**	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-113, Калорийность-658	81-82
	Обед		
100	**Икра морковная** морковь в/к, лук в/к, томат-паста, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-93	
250	**Борщ из свежей капусты с картофелем** свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-96	
100	**Наггетсы куриные с соусом** филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок	Белки-9, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-143	
200	**Макароны отварные** макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-59, Калорийность-325	
180	**Компот из сушеных фруктов (курага)** курага, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-25, Калорийность-102	
30	**Хлеб пшеничный**	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	
31,47	**Хлеб ржано- пшеничный**	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-56	
	Полдник		
36,1	**Бутерброд с повидлом** повидло, батон нарезной	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	**Чай с сахаром** сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	
1 127,57	**Итого за 2-я смена**	Белки-26, Жиры-21, Углеводы-175, Калорийность-992	113-39

МП

Бухгалтер-калькулятор Головина М.И. Генеральный директор Д.А. Затонский Согласовано Директор