Меню Гимназия 12-18

ыход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимост питания
	Завтрак		
45	Бутерброд с сыром	Белки-5, Жиры-8, Калорийность-153	26-7 2
	батон нарезной, сыр тверовій, масло сливочное Каша гречневая с филе		
225	куриным	Белки-23. Жиры-20, Калорийность-373	77-33
	филе грубки куршное (парезка кубик), крупа гречневая. лук в к	морковь в к, мисто сливочное , соль йодированная	
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	4-94
200	Чай с молоком. молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист	Белки-2, Жиры-2. Углеводы-19, Калорийность-103	11-81
46	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-23, Калорийность-108	4-09
		Белки-37. Жиры-34, Углеводы-67,	124-89
550		Калорийность-878	
100	<u>06ed</u>	923	20.50
100	Салат Здоровье д.с	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8, Калорийлость-102	20-58
	морковь в к. свекла в к. горошек зеленый, масло подсолненное	, саль йодированная, сахар-несок, кислота лимонная	
250	Суп крестьянский с крупой	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-119	13-79
	капуста в к, картофель в к. морковь в к, лук в к, крупа тиено	, масло подсолнечное, соль йовированная	
10	Мясо отварное	Белки-3, Жиры-2, Калорийность-31	16-89
100	мясо говядина б'к 1 сорт (гуляні), морковь в к, лук в к, соль йо		42.70
100	Печень по-строгановски печень говижья, лук в к. сметана 15%, масло подсолнечное. м йодированная	Белки-20. Жиры-20, Углеводы-6, Калорийность-293 лука пшеничная в с. масло сливочное . соль	42-68
240	Капуста тушеная	Белки-6, Жиры-8, Углеводы-32, Калорийность-209	46-14
	капуста в к. лук в к. морковь в к. томат-писта, масло подсо.	тнечног, мука тисничная в с. соль йодированная	
200	Кисель из к/ц плодового или	Углеводы-31, Калорийность-124	7-24
200	ягодного	7 Sality, and Transport Control of the Control of t	1-2-4
25 7	кисель плодово-ягодный, сихар-песяк	Paragraph 10 Managraph 05	2 20
35,7	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-85	3-20
40,8	Хлеб рэкано- пшеничный.	Белки-3, Углеводы-14, Калорийность-74	3-04
976,5	Итого за Обед	Белки-40, Жиры-42, Углеводы-124. Калорийность-1 036	153-56
	Полдник	калорииность-т одо	
92	Булочка творожная	Белки-11, Жиры-6, Углеводы-47, Калорийность-392	20-89
	мука тиеничния в с. творос. яйцо куриное с2. сахар-песок. мо	исло подсоянечное, дрожежи сухне, соль подпрованная,	
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	10-09
200	Варенец	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-8, Калорийность-100	33-54
350	Итого за Полднив	с Белки-20, Жиры-14, Углеводы-78, Калорийность-533	64-52
	Итого за дені	Белки-97, Жиры-91, Углеводы-269,	342-97
350 Бухгал канькуля		Калорийность-2 447 Д.А. Загонский Согласовано Директор	TOPO S S S

Меню СОШ (7-11, 2 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимости
	Обед		The second secon
70	Салат Здоровье	Белки-2, Жиры-4. Углеводы-7, Калорийность-73	14-43
	морковь в к. свекла в к. горошек зеленый, масло подсолнечно	ж. соль <mark>подпр</mark> ованная. сахар-песок, кислота лимонная	
200	Суп крестьянский с крупой капуста в к. картофель в к. морковь а к. лук в к. крупа тиен	Белки-4, Жиры-4, Угневоды-25, Калюрийность-129 о, масло подсолиечное, соль йодированния	11-03
5	Мясо отварное (для 1 бл) мясо говядина в к Ісориі (гучящ), морковь в к, лук в к, соль ін	Белки-1, Жиры-1, Калорийность-16	8-45
200	Каша гречневая с отварной курицей	Белки-13, Жиры 16. Угиеводы-27, Калорийность-288	53-80
	филе грудки куриное (нарегки кубик), крупа гречневая, лук в	к. морковь в к, масло сливочное , соль йодированная	
200	Напиток лимонный мимон, сахар-песок	Углеводы-16, Канорийность-63	12-04
34,8	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-82	3-10
30	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Угиеводы-10, Калорийность-54	2-23
739,8	Итого за Обе	д Белки-25, Жиры-26, Углеводы-102, Калорийность-706	105-08
	Полдник		
100	Рогалик со сгущенным	Белки-9, Жиры-8. Казюрийность-350	19-19
	МОЛОКОМ мука пшетичная в с. молоко слущенное варёное, яйцо курино соль йодированная	е с2, масла подсолнечное, сахар-песок, дрожсжи сухис,	
200	Варенец	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-8, Калорийность-100	33-54
300	Итого за Полдни	к Белки-14, Жиры-12, Углеводы-8, Калорийность-450	52-7 3
300 Бухгалт калькуля		A CHOICE OF COMMENTS	157-81

Меню СОШ 12-18

D	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),	Стоимость
Выход (г)		витамины (мг), микроэлементы (мг)	питания
	Завтрак		
270	Каша гречневая с отварной курицей	Белки-20, Жиры-9, Углеводы-28, Калорийность-273	72-63
	филе грудки куринов (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в к	морковь в к, масло сливочное, соль йодированная	
70	Огурцы соленые	Белки-2, Углеводы-1, Калорийность-12	12-31
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	4-94
200	Чай фруктовый (яблоко)	Углеводы-15. Калорийность-62	4-02
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-45
624		СБелки-28, Жиры-13, Углеводы-94, Калорийность-606	98-35
and the same	Обед		
100	Салат Здоровье	Белки-2, Жиры-6. Углегоды-10, Калорийность-104	20-61
	морковь в к. свекла в к. горошек зеленый, масло подсолнечное	, соль йодированная, сахир-песок, кислота лимонная	
250	Суп крестьянский с крупой	Белки-3, Жиры-5. Углеводы-15, Калорийность-119	13-79
	капуста в к. картофель в к. морковь в к. лук в к. крупа пиено	, масло подсолнечное, саль индированная	
5	Мясо отварное (для 1 бл) мясо говядина 6 к Ісорт (гуляні), морковь в к, лук в к, соль йо	Белки-1, Жиры-1, Калорийность-16 дирования	8-45
100	Печень по-строгановски печень говяжья, лук в к. сметана 15%, масло подсолнечное, м йодированния	Белки-20. Жиры-20. Углеволы-6. Калорийность-293	42-68
180	Капуста тушеная капуста в к. лук в к. морковь в к, томит-паста, масто подсо	Белки-5, Жиры-6. Углеводы-24. Калорийность-157	34-61
180	Напиток лимонный	Углеводы-14, Калорийность-57	10-84
30	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-23
845	Итого за Обед	д Белки-33, Жиры-39, Углеводы-79, Калорийность-799	133-21
	Полдник		
100	Рогалик со сгущенным	Белки-9, Жиры-8, Калорийность-350	19-19
	МОЛОКОМ мужа пшеничная в с. молоко слущенное варёное, яйцо куринок соль йодированния	е с2. масчо подсилнечное, сахар-песок, дрожски сухие,	
200	Варенец	Белки-6, Жиры-3. Углеводы-8. Калорийность-100	33-54
50	Фруктовая нарезка (яблоко)	Углеводы-6. Калорийность-23	7-74
250		к Белки-15, Жиры-12, Углеводы-14.	60-47
350	Итого за ден	Калорийность-473 Белки-76, Жиры-64, Углеволы 187 лмини	292-03
350 Бухгал. калькуля	гер- Головина М.И. Генеральный	Калорийность-1 878 Д.А. Загонский Согласовано Лиректор Тимназия Nota	COPOLIA VOONIGE VOORIG VOORIGE VOORIGE VOORIGE VOORIGE VOORIGE VOORIGE VOORIGE VOORIGE

Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),	Стоимости
		витамины (мг), микроэлементы (мг)	винятил
	Завтрак		
25	Огурцы соленые	Белки-1. Канорийность-4	
225	Каша гречневая с отварной курицей	Белкп-13. Жиры-16. Углеводы-27. Калорийность-288	
	филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневия, лук в к	морковь в к, масло сливочное , соль йодированния	
200	Чай фруктовый сахар-песок. яблоко. чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-62	
51,2	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеколы-25, Калорийность-120	
36,1	Бутерброд с повидлом	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром сахар-несок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	
737.		Белки-18, Жиры-16, Углеводы-93,	81-82
737,3		Калорийность-581	
	<u>O6ed</u>		
70	Салат Здоровье	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7, Калорийность-73	
	морковь в к, свекта в к, сорошек зеленый, масло подсолнечное	. соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная	
200	Суп крестьянский с крупой	Белки-3.5, Жиры-4, Углеводы-25, Калорийность-129	
	кипуста в к. киртофель в к. морковь в к. лук в к. крупи тиено	масло подсолнечное, соль йодированная	
5	Мясо отварное (для 1 бл) мясо говядина б к Ісорт (гуляш), морковь в к. лук в к. соль йо	Белки-1, Жиры-1, Каморийность-16	
200	Каша гречневая с отварной курицей	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-27, Калорийность-288	
	филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в к	МОРКОВЬ В К. МАСЭЭ С ВИВОЧНОЕ - СОЭЬ ЙОДИООВАННАЯ	
200	Напиток лимонный	Углеводы-16, Калорийность-63	
34,8	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-82	
30	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2. Углеводы-10, Калорийность-54	
36,1	Бутерброд с повидлом	Углеводы-11. Калорийность-47	
200	повидло, битон нарезной Чай с сахаром	Углеводы-15, Калорийность-60	
	сахар-песок, чай черный лист	Белки-25, Жиры-26, Углеводы-128,	113-39
975,9	IIIO Ja Otto	Калорийность-813	113-37
975,9 Бухгаль калькуля		Белки-43, Жиры-43, Углеводы-222, Калорийность-1 394 Д.А. Затонский Согласовано Директор (Пимназия)	14-17 10 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0