

Акционерное общество

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОГОНЕК" №1

**Меню Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
50/50	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-4, Калорийность-221	<b>38-95</b>
150	<b>Макаронны отварные</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-4, Углеводы-45, Калорийность-244	<b>10-45</b>
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-3, Калорийность-142	<b>4-49</b>
200	<b>Чай с вареньем клубничным.</b> <i>варенье клубничное, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-21, Калорийность-84	<b>5-73</b>
31	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	<b>1-91</b>
515	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-22, Жиры-15, Углеводы-85, Калорийность-764	<b>61-53</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Калорийность-42	<b>7-45</b>
200	<b>Суп картофельный с рисом</b> <i>картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-100	<b>12-33</b>
90	<b>Котлеты особые</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-9, Калорийность-166	<b>38-87</b>
150	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-17, Жиры-5, Углеводы-43, Калорийность-286	<b>10-10</b>
200	<b>Отвар шиповника с сахаром</b> <i>шиповник, сахар-песок</i>	Калорийность-71	<b>11-17</b>
20	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	<b>1-25</b>
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-1, Углеводы-10, Калорийность-45	<b>1-04</b>
740	<b>Итого за Обед</b>	Белки-33, Жиры-19, Углеводы-82, Калорийность-756	<b>82-21</b>
740	<b>Итого за день</b>	Белки-55, Жиры-34, Углеводы-167, Калорийность-1 520	<b>143-74</b>

Бухгалтер-калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор



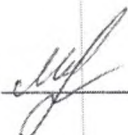


Акционерное общество  
"Комбинат школьного питания "ОГОНЕК"  
№1  
ИНН 6611077285

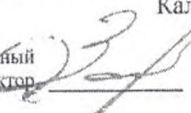
**Меню Школа 12-18**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
50/50	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-4, Калорийность-221	38-95
200	<b>Макаронны отварные.</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-59, Калорийность-325	13-93
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-3, Калорийность-142	4-49
200	<b>Чай с вареньем клубничным.</b> <i>варенье клубничное, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-21, Калорийность-84	5-73
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	3-12
584	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-25, Жиры-17, Углеводы-109, Калорийность-890	66-22
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-5, Калорийность-70	12-41
250	<b>Суп картофельный с рисом</b> <i>картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-125	15-41
100	<b>Котлеты особые</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панирочные, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-10, Калорийность-192	44-76
180	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-21, Жиры-6, Углеводы-52, Калорийность-343	12-12
200	<b>Отвар шиповника с сахаром</b> <i>шиповник, сахар-песок</i>	Калорийность-71	11-17
20	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	1-25
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-1, Углеводы-10, Калорийность-45	1-04
870	<b>Итого за Обед</b>	Белки-39, Жиры-24, Углеводы-96, Калорийность-893	98-16
<b>Полдник</b>			
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	28-79
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-59
400	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-1, Углеводы-38, Калорийность-154	31-38
400	<b>Итого за день</b>	Белки-65, Жиры-40, Углеводы-242, Калорийность-1 936	195-76

Бухгалтер-калькулятор


Малышева  
Н.М.

Генеральный директор


Затонский  
Д.А.Согласовано  
Директор



# Меню Школа ОБЗ 7-18

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
50/50	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-4, Калорийность-221	38-95
150	<b>Макаронны отварные.</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-4, Углеводы-45, Калорийность-244	10-45
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-3, Калорийность-142	4-49
200	<b>Чай с вареньем клубничным.</b> <i>варенье клубничное, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-21, Калорийность-84	5-73
31	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	1-91
<b>Завтрак2/Полдник</b>			
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	=
30	<b>Печенье Галеты</b>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-97	=
745	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-24, Жиры-17, Углеводы-117, Калорийность-921	67-60
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Калорийность-42	7-45
200	<b>Суп картофельный с рисом.</b> <i>картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-100	12-33
50/50	<b>Гуляш из филе кур</b> <i>филе грудки куриное, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-4, Калорийность-221	38-95
200	<b>Макаронны отварные.</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-59, Калорийность-325	13-93
200	<b>Отвар шиповника с сахаром</b> <i>шиповник, сахар-песок</i>	Калорийность-71	11-17
35	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-82	2-18
30	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-67	1-56
<b>Полдник</b>			
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	=
30	<b>Печенье Галеты</b>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-97	=
1 055	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-28, Жиры-20, Углеводы-147, Калорийность-1 065	93-64

Бухгалтер-калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный директор

Затонетский Д.А.

Согласовано Директор

