

# 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>			
100	<b>Гуляш из свинины</b> <i>свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-181	44-23
170	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-20, Жиры-5, Углеводы-49, Калорийность-324	11-45
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-10
28	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	1-75
<b>503</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-37, Жиры-16, Углеводы-82, Калорийность-632	<b>61-53</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты с маслом</b> <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-83	8-14
200	<b>Суп картофельный с вермишелью.</b> <i>картофель в/к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-106	12-89
200	<b>Плов из филе птицы</b> <i>филе грудки куриное, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-10, Углеводы-46, Калорийность-418	46-55
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Калорийность-106	13-94
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
<b>700</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-21, Жиры-19, Углеводы-85, Калорийность-805	<b>83-81</b>
<b>700</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-57, Жиры-35, Углеводы-167, Калорийность-1437	<b>145-34</b>

Бухгалтер-  
калькуляторМальшова  
Н.М.Генеральный  
директорЗатонский  
Д.А.Согласовано  
Директор

**Меню 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>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты с маслом</b> <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-83	8-14
200	<b>Суп картофельный с вермишелью.</b> <i>картофель в/к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-106	12-89
90	<b>Гуляш из свинины</b> <i>свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-163	39-81
150	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-17, Жиры-5, Углеводы-43, Калорийность-286	10-10
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Калорийность-106	13-94
23	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-54,	1-44
24	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-1, Углеводы-12, Калорийность-54	1-25
747	<b>Итого за Обед</b>	Белки-38, Жиры-23, Углеводы-89, Калорийность-852	87-57
<b>Полдник</b>			
200	<b>Яблоко (вит)</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-39, Жиры-23, Углеводы-127, Калорийность-1 006	118-95

Бухгалтер-  
калькуляторМалышева  
Н.М.Генеральный  
директорЗатонский  
Д.А.Согласовано  
Директор

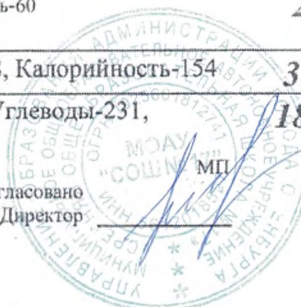
"Комбинат школьного питания "ОГОНЕК"

№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><u>Завтрак</u></b>			
100	<b>Гуляш из свинины</b> <i>свинина в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-181	44-23
200	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-23, Жиры-6, Углеводы-58, Калорийность-381	13-47
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-10
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	3-12
<b>Итого за Завтрак</b>		Белки-42, Жиры-17, Углеводы-101, Калорийность-741	64-92
555			
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты с маслом</b> <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-139	13-57
250	<b>Суп картофельный с вермишелью.</b> <i>картофель в/к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16, Калорийность-132	16-11
200	<b>Плов из филе птицы</b> <i>филе грудки куриное, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-10, Углеводы-46, Калорийность-418	46-55
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Калорийность-106	13-94
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
<b>Итого за Обед</b>		Белки-22, Жиры-23, Углеводы-92, Калорийность-887	92-46
790			
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Яблоко (вит)</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
<b>Итого за Полдник</b>		Белки-1, Углеводы-38, Калорийность-154	31-38
<b>Итого за день</b>		Белки-65, Жиры-40, Углеводы-231, Калорийность-1 782	188-76
400			

Бухгалтер-  
калькуляторМалышева  
Н.М.Генеральный  
директорЗатонский  
Д.А.Согласовано  
Директор

"Комбинат школьного питания "ОГОНЕК"

№1

ИНН 6611077

**Меню Школа ОВЗ 7-18**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
100	<b>Гуляш из свинины</b> <i>свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-181	44-23
170	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупя горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-20, Жиры-5, Углеводы-49, Калорийность-324	11-45
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-10
28	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	1-75
<b><u>Завтрак2/Полдник</u></b>			
200	<b>Чай б/с</b>		=
40	<b>Пряник</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-30, Калорийность-140	=
<b>743</b>	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-39, Жиры-17, Углеводы-112, Калорийность-772	<b>67-60</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты с маслом</b> <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-83	8-14
200	<b>Суп картофельный с вермишелью.</b> <i>картофель в/к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-106	12-89
90	<b>Гуляш из свинины</b> <i>свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-163	39-81
150	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупя горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-17, Жиры-5, Углеводы-43, Калорийность-286	10-10
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага, сахар-песок</i>	Белки-1, Калорийность-106	13-94
23	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-54	1-44
24	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-1, Углеводы-12, Калорийность-54	1-25
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Чай б/с</b>		=
40	<b>Пряник</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-30, Калорийность-140	=
<b>987</b>	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-40, Жиры-24, Углеводы-120, Калорийность-993	<b>93-64</b>

Бухгалтер-калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор