

Акционерное  
"Комбинат школьного питания "ОГОНЕК"

# 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>			
90	<b>Салат из моркови припущенной</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-14, Калорийность-129	12-30
150/5	<b>Омлет натуральный с маслом</b> <i>яйцо куриное, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-20, Углеводы-3, Калорийность-253	36-16
30	<b>Печенье Галеты</b>	Углеводы-4, Калорийность-21	3-84
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	7-07
35	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17, Калорийность-96	2-16
510	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-22, Жиры-31, Углеводы-51, Калорийность-566	61-53
<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-5, Углеводы-6, Калорийность-83	6-59
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	11-65
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, Углеводы-9, Калорийность-161	38-04
150	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-10, Углеводы-37, Калорийность-260	16-93
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	7-88
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-55	1-25
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-45	1-04
740	<b>Итого за Обед</b>	Белки-23, Жиры-29, Углеводы-100, Калорийность-822	83-38
740	<b>Итого за день</b>	Белки-45, Жиры-59, Углеводы-151, Калорийность-1388	144-91

Бухгалтер-  
калькуляторМалышева  
Н.М.Генеральный  
директор

Затонский 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>			
80	<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-6, Углеводы-8, Калорийность-110	8-78
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	11-65
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, Углеводы-9, Калорийность-161	38-04
160	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-39, Калорийность-278	18-06
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	7-88
29	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-80	1-81
26	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13, Калорийность-58	1-35
785	<b>Итого за Обед</b>	Белки-25, Жиры-31, Углеводы-112, Калорийность-905	87-57
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка школьная</b> <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-9, Жиры-3, Углеводы-66, Калорийность-324	7-63
50	<b>Пряник</b>	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-38, Калорийность-184	6-30
200	<b>Варенец</b>	Белки-6, Жиры-6, Калорийность-113	30-49
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-18, Жиры-17, Углеводы-104, Калорийность-621	44-42
350	<b>Итого за день</b>	Белки-43, Жиры-48, Углеводы-216, Калорийность-1 526	131-99

Бухгалтер-калькулятор

Мальшцева  
Н.М.

Генеральный директор

Затонский  
Д.А.Согласовано  
Директор

Муниципальное общество  
"Комбинат Школьного Питания"  
№1  
141-24-50-1107/2022

# Меню Школа 12-18 лет

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>Салат из моркови припущенной</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-16, Калорийность-143	13-55
200/5	<b>Омлет натуральный с маслом</b> <i>яйцо куриное, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-18, Жиры-28, Калорийность-349	46-14
30	<b>Печенье Галеты</b>	Углеводы-4, Калорийность-21	3-84
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	7-07
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-2, Углеводы-20, Калорийность-110	2-50
575	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-26, Жиры-40, Углеводы-52, Калорийность-689	73-10
<b><u>Обед</u></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-2, Жиры-8, Углеводы-10, Калорийность-138	10-98
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	14-56
100	<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-12, Жиры-10, Калорийность-192	43-81
180	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-13, Углеводы-44, Калорийность-313	20-31
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	7-88
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-83	1-87
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-67	1-56
890	<b>Итого за Обед</b>	Белки-29, Жиры-37, Углеводы-116, Калорийность-1 037	100-97
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Булочка школьная</b> <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-9, Жиры-3, Углеводы-66, Калорийность-324	7-63
50	<b>Пряник</b>	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-38, Калорийность-184	6-30
200	<b>Варенец</b>	Белки-6, Жиры-6, Калорийность-113	30-49
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-18, Жиры-17, Углеводы-104, Калорийность-621	44-42
350	<b>Итого за день</b>	Белки-73, Жиры-93, Углеводы-271, Калорийность-2 347	218-49

Бухгалтер-калькулятор

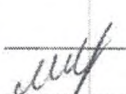
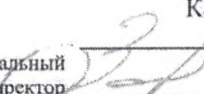
Мальшева Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

**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>			
90	<b>Салат из моркови припущенной</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-14, Калорийность-129	
150/5	<b>Омлет натуральный с маслом</b> <i>яйцо куриное, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-20, Углеводы-3, Калорийность-253	
30	<b>Печенье Галеты</b>	Углеводы-4, Калорийность-21	
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	
35	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17, Калорийность-96	
<b><u>Завтрак2</u></b>			
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
30	<b>Печенье Галеты</b>	Углеводы-4, Калорийность-21	
740	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-23, Жиры-31, Углеводы-70, Калорийность-646	<b>67-60</b>
<b><u>Обед</u></b>			
80	<b>Салат из белокачанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-8, Калорийность-110	
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	
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, Углеводы-9, Калорийность-161	
160	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-39, Калорийность-278	
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	
29	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-80	
26	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13, Калорийность-58	
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
30	<b>Печенье Галеты</b>	Углеводы-4, Калорийность-21	
1 015	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-26, Жиры-32, Углеводы-131, Калорийность-986	<b>93-64</b>
Бухгалтер-калькулятор		Мальшова Н.М.	Генеральный директор
		Затонский Д.А.	Согласовано Директор

