

Меню Школа 7-11 лет (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10/20	Бутерброд с сыром <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-88	11-26
150/5	Каша молочная "Дружба" с маслом <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, крупа пшено, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-22, Калорийность-139	15-38
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-52
200	Чай с вареньем из черной смородины <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	8-25
50	Хлеб пшеничный	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25, Калорийность-138	3-12
635	Итого за Завтрак	Белки-14, Жиры-10, Углеводы-85, Калорийность-521	61-53
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с черносливом и чесноком <i>свекла в/к, чернослив, масло подсолнечное, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-91	9-58
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	3-78
200	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-22, Жиры-16, Углеводы-23, Калорийность-323	60-92
200	Напиток из варенья клубничного <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-27, Калорийность-107	8-57
20	Хлеб пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-55	1-25
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-45	1-04
700	Итого за Обед	Белки-29, Жиры-31, Углеводы-85, Калорийность-726	85-14
700	Итого за день	Белки-42, Жиры-41, Углеводы-170, Калорийность-1247	146-67

Бухгалтер-
калькуляторМалышева
Н.М.Генеральный
директор

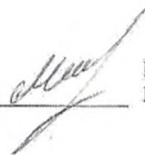
Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

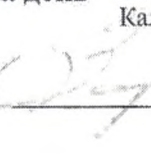
Меню Школа 7-11 лет (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Салат из свеклы с черносливом и чесноком <i>свекла в/к, чернослив, масло подсолнечное, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-91	9-58
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	3-78
200	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-22, Жиры-16, Углеводы-23, Калорийность-323	60-92
190	Напиток из варенья <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Калорийность-97	9-49
35	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17, Калорийность-96	2-19
31	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-70	1-61
716	Итого за Обед	Белки-31, Жиры-32, Углеводы-71, Калорийность-781	87-57
Полдник			
100	Кекс "Столичный" с изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное, изюм, сахарная пудра, соль йодированная, сода пищевая</i>	Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	19-26
51	Печенье сахарное	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30, Калорийность-180	6-74
200	Чай б/с		0-81
351	Итого за Полдник	Белки-9, Жиры-23, Углеводы-93, Калорийность-604	26-81
351	Итого за день	Белки-40, Жиры-55, Углеводы-164, Калорийность-1385	114-38

Бухгалтер-калькулятор


Малышева
Н.М.

Генеральный директор



Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10/20	Бутерброд с сыром <i>батон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-88	11-26
200/5	Каша молочная "Дружба" с маслом <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Калорийность-230	18-86
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-52
200	Чай с вареньем из черной смородины <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-83	8-18
50	Хлеб пшеничный	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25, Калорийность-138	3-12
685	Итого за Завтрак	Белки-16, Жиры-13, Углеводы-67, Калорийность-632	64-94
Обед			
100	Салат из свеклы с черносливом и чесноком <i>свекла в/к, чернослив, масло подсолнечное, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-9, Углеводы-15, Калорийность-152	15-96
250	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-130	4-72
200	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-22, Жиры-16, Углеводы-23, Калорийность-323	60-92
200	Напиток из варенья клубничного <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-27, Калорийность-107	8-57
30	Хлеб пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-83	1-87
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-67	1-56
810	Итого за Обед	Белки-32, Жиры-37, Углеводы-103, Калорийность-862	93-60
Полдник			
100	Кекс "Столичный" с изюмом <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное, изюм, сахарная пудра, соль йодированная, сода пищевая</i>	Белки-5, Жиры-18, Углеводы-63, Калорийность-423	19-26
51	Печенье сахарное	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30, Калорийность-180	6-74
200	Чай б/с		0-81
351	Итого за Полдник	Белки-9, Жиры-23, Углеводы-93, Калорийность-604	26-81
351	Итого за день	Белки-57, Жиры-73, Углеводы-263, Калорийность-2 098	185-35

Бухгалтер-калькулятор



Мальшцева 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)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

10/20 **Бутерброд с сыром** Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-88
батон нарезной, сыр твердый

150/5 **Каша молочная "Дружба" с маслом** Белки-4, Жиры-4, Углеводы-22, Калорийность-139
молоко 2.5%, крупа рисовая, крупа пшено, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная

200 **Яблоко** Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94

200 **Чай с вареньем из черной смородины** Углеводы-10, Калорийность-83
варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист

50 **Хлеб пшеничный** Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25, Калорийность-138

Завтрак2

200 **Чай б/с**
45 **Пряник** Белки-3, Жиры-7, Углеводы-34, Калорийность-165

Итого за 1-я смена Белки-17, Жиры-17, Углеводы-124, Калорийность-707 **67-60**

880

Обед

60 **Салат из свеклы с черносливом и чесноком** Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-91
свекла в/к, чернослив, масло подсолнечное, чеснок, соль йодированная

200 **Суп с домашней лапшой** Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104
лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная

200 **Говядина тушеная с картофелем** Белки-22, Жиры-16, Углеводы-23, Калорийность-323
картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная

200 **Напиток из варенья** Калорийность-102
варенье в ассортименте, сахар-песок, кислота лимонная

35 **Хлеб пшеничный** Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17, Калорийность-96

31 **Хлеб ржано-пшеничный** Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-70

Полдник

200 **Чай б/с**
45 **Пряник** Белки-3, Жиры-7, Углеводы-34, Калорийность-165

Итого за 2-я смена Белки-35, Жиры-39, Углеводы-105, Калорийность-952 **93-64**

971

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