

**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)
<b>Завтрак</b>			
80	<b>Салат картофельный с соленым огурцом</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Калорийность-87	11-02
150/5	<b>Омлет натуральный с маслом</b> <i>яйцо куриное, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-10, Углеводы-3, Калорийность-154	36-16
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-53
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25, Калорийность-138	3-12
543	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-23, Жиры-20, Углеводы-58, Калорийность-549	61-53
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Бурячок"</b> <i>свекла в/к, яблоко, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, лук в/к</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, Калорийность-75	10-21
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	11-03
15	<b>Гренки из пш. хлеба к супу</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	1-76
90	<b>Тефтели из говядины с рисом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-125	34-19
150	<b>Сложный овощной гарнир</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-26, Калорийность-157	16-73
200	<b>Отвар шиповника с сахаром</b> <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-25, Калорийность-101	11-01
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
755	<b>Итого за Обед</b>	Белки-22, Жиры-20, Углеводы-107, Калорийность-687	87-22
755	<b>Итого за день</b>	Белки-45, Жиры-40, Углеводы-165, Калорийность-1 236	148-75

Бухгалтер-  
калькуляторМалышева  
Н.М.Генеральный  
директор

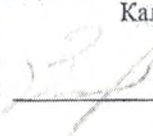
Затонский Д.А.

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)
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Бурячок"</b> <i>свекла в/к, яблоко, горошек зеленый, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, Калорийность-75	10-46
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	11-03
15	<b>Гренки из пш. хлеба к супу</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	1-76
90	<b>Котлета из говядины с соусом сливочно-томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, масло подсолнечное, сухари панировочные, соль йодированная, молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок</i>	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-13, Калорийность-206	46-02
150	<b>Перловка с овощами</b> <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-7, Углеводы-32, Калорийность-214	6-87
180	<b>Отвар шиповника с сахаром</b> <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-22, Калорийность-91	9-91
29	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-65	1-52
724	<b>Итого за Обед</b>	Белки-27, Жиры-27, Углеводы-110, Калорийность-780	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-45, Жиры-44, Углеводы-214, Калорийность-1 400	131-99

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева  
Н.М.Генеральный  
директор


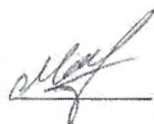
Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

**Меню Школа 12-18**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
80	<b>Салат картофельный с соленым огурцом</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Калорийность-87	11-02
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
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-53
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25, Калорийность-138	3-12
593	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-28, Жиры-39, Углеводы-55, Калорийность-744	71-51
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Салат "Бурячок"</b> <i>свекла в/к, яблоко, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, лук в/к</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10, Калорийность-125	17-02
250	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-118	13-79
20	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	2-34
100	<b>Тефтели из говядины с рисом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-9, Калорийность-143	39-31
180	<b>Сложный овощной гарнир</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-31, Калорийность-188	20-07
200	<b>Отвар шиповника с сахаром</b> <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-25, Калорийность-101	11-01
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
910	<b>Итого за Обед</b>	Белки-28, Жиры-27, Углеводы-133, Калорийность-872	106-97
<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-75, Жиры-82, Углеводы-292, Калорийность-2 236	222-90

Бухгалтер-калькулятор



Мальшева Н.М.

Генеральный директор



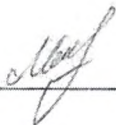
Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

# Меню Школа ОВЗ 7-18

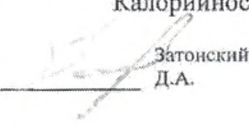
Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
80	<b>Салат картофельный с соленым огурцом</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Калорийность-87	
150/5	<b>Омлет натуральный с маслом</b> <i>яйцо куриное, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-10, Углеводы-3, Калорийность-154	
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25, Калорийность-138	
<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	
773	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-23, Жиры-20, Углеводы-77, Калорийность-630	<b>67-60</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат "Бурячок"</b> <i>свекла в/к, яблоко, горошек зеленый, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, Калорийность-75	
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	
15	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	
90	<b>Котлета из говядины с соусом сливочно-томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, масло подсолнечное, сухари панировочные, соль йодированная, молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-13, Калорийность-206	
150	<b>Перловка с овощами</b> <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-7, Углеводы-32, Калорийность-214	
180	<b>Отвар шиповника с сахаром</b> <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-22, Калорийность-91	
29	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-65	
<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	
954	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-27, Жиры-27, Углеводы-129, Калорийность-860	<b>93-64</b>

Бухгалтер-калькулятор



Малышева Н.М.

Генеральный директор



Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор