

**Меню Школа 7-11 лет (1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	
<b>Завтрак</b>			
70	<b>Салат из моркови с сахаром</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-58	8-09
160	<b>Паста с куриным филе, свежим помидором, сыром и сливочным соусом</b> <i>спагетти, филе грудки куриное, сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-32, Калорийность-208	42-65
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20, Калорийность-120	4-49
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	3-44
46	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-23, Калорийность-127	2-86
515	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-16, Жиры-14, Углеводы-91, Калорийность-554	61-53
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат картофельный с капустой свежей и кукурузой</b> <i>картофель в/к, капуста в/к, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Калорийность-64	10-30
200	<b>Суп из овощей</b> <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, горошек зеленый, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-98	13-18
100	<b>Фрикадельки из говядины в соусе</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12, Калорийность-184	35-63
150	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-206	9-35
200	<b>Напиток из варенья клубничного</b> <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-27, Калорийность-107	8-57
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
750	<b>Итого за Обед</b>	Белки-29, Жиры-26, Углеводы-103, Калорийность-759	79-32
750	<b>Итого за день</b>	Белки-45, Жиры-41, Углеводы-194, Калорийность-1312	140-85

Бухгалтер-  
алькуляторМальшева  
Н.М.Генеральный  
директор

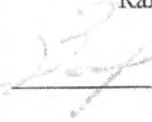
Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

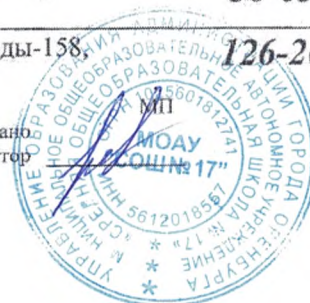
**Меню Школа 7-11 лет (2 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
80	<b>Салат из моркови с сахаром</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7, Калорийность-66	9-25
200	<b>Суп из овощей</b> <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, горошек зеленый, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-98	13-18
200	<b>Паста с куриным филе, свежим помидором, сыром и сливочным соусом</b> <i>спагетти, филе грудки куриное, сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-40, Калорийность-260	53-31
200	<b>Напиток из варенья клубничного</b> <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-27, Калорийность-107	8-57
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-83	1-87
27	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13, Калорийность-61	1-39
737	<b>Итого за Обед</b>	Белки-20, Жиры-17, Углеводы-113, Калорийность-674	87-57
<b>Полдник</b>			
50	<b>Булочка с корицей</b> <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи сухие, корица, ванилин</i>	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-174	5-03
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-52
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
450	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-45, Калорийность-361	38-63
450	<b>Итого за день</b>	Белки-25, Жиры-22, Углеводы-158, Калорийность-1 036	126-20

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшева  
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>Завтрак</b>			
70	<b>Салат из моркови с сахаром</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-58	8-09
200	<b>Паста с куриным филе, свежим помидором, сыром и сливочным соусом</b> <i>спагетти, филе грудки куриное, сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-40, Калорийность-260	53-31
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20, Калорийность-120	4-49
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	3-44
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25, Калорийность-138	3-12
559	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-19, Жиры-16, Углеводы-101, Калорийность-617	72-45
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат картофельный с капустой свежей и кукурузой</b> <i>картофель в/к, капуста в/к, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Калорийность-107	17-16
250	<b>Суп из овощей</b> <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, горошек зеленый, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-14, Калорийность-122	16-48
100	<b>Фрикадельки из говядины в соусе</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12, Калорийность-184	35-63
180	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупя горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-40, Калорийность-247	11-22
200	<b>Напиток из варенья клубничного</b> <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-27, Калорийность-107	8-57
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-34, Жиры-32, Углеводы-122, Калорийность-917	92-49
<b>Полдник</b>			
50	<b>Булочка с корицей</b> <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи сухие, корица, ванилин</i>	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-174	5-03
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-52
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
450	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-45, Калорийность-361	38-63
450	<b>Итого за день</b>	Белки-58, Жиры-52, Углеводы-268, Калорийность-1 895	203-57

Бухгалтер-калькулятор

Малышева 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>			
70	<b>Салат из моркови с сахаром</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-58	
160	<b>Паста с куриным филе, свежим помидором, сыром и сливочным соусом</b> <i>спагетти, филе грудки куриное, сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-32, Калорийность-208	
34	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20, Калорийность-120	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	
46	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-23, Калорийность-127	
<b><u>Завтрак2</u></b>			
200	<b>Чай б/с</b>		
45	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-7, Углеводы-34, Калорийность-165	
760	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-20, Жиры-21, Углеводы-125, Калорийность-719	<b>67-60</b>
<b><u>Обед</u></b>			
80	<b>Салат из моркови с сахаром</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7, Калорийность-66	
200	<b>Суп из овощей</b> <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, горошек зеленый, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-98	
200	<b>Паста с куриным филе, свежим помидором, сыром и сливочным соусом</b> <i>спагетти, филе грудки куриное, сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-40, Калорийность-260	
200	<b>Напиток из варенья клубничного</b> <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-27, Калорийность-107	
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-83	
27	<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13, Калорийность-61	
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Чай б/с</b>		
45	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-7, Углеводы-34, Калорийность-165	
982	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-23, Жиры-24, Углеводы-147, Калорийность-840	<b>93-64</b>

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