

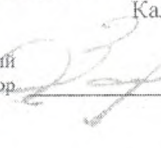
Акционерное общество
"Комбинат Школьного Питания "Огонёк"
№1

Меню Школа 7-11 лет (1 смена)

ИНН 5811077285

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------|--|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 60 | Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i> | Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-78 | 9-11 |
| 210 | Плов из филе птицы <i>крупа рисовая, филе грудки куриное, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-11, Жиры-9, Углеводы-40, Калорийность-284 | 40-53 |
| 200 | Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</i> | Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-71 | 9-58 |
| 37 | Хлеб пшеничный | Белки-4, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-102 | 2-31 |
| 507 | Итого за Завтрак | Белки-16, Жиры-13, Углеводы-90, Калорийность-534 | 61-53 |
| Обед | | | |
| 60 | Салат "Принцесса на горошине" <i>яйцо куриное, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-6, Жиры-4, Углеводы-1, Калорийность-60 | 15-65 |
| 200 | Свекольник <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i> | Белки-2, Жиры-5, Калорийность-52 | 14-41 |
| 10 | Сметана к I блюдам | Жиры-2, Калорийность-16 | 4-28 |
| 100 | Фрикадельки из говядины в соусе <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 | Макаронны отварные с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-4, Жиры-4, Углеводы-35, Калорийность-188 | 10-85 |
| 200 | Сок фруктовый | Углеводы-23, Калорийность-94 | 10-08 |
| 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 |
| 760 | Итого за Обед | Белки-24, Жиры-27, Углеводы-91, Калорийность-694 | 93-19 |
| 760 | Итого за день | Белки-41, Жиры-39, Углеводы-181, Калорийность-1 228 | 154-72 |

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева
Н.М.Генеральный
директор


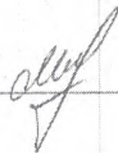
Затонов Д.А.

Согласовано
Директор

Меню Школа 7-11 лет (2 смена)

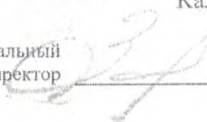
| Выход (г) | №1 Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------|---|---|-------------------------|
| Обед | | | |
| 60 | Салат "Принцесса на горошине" <i>яйцо куриное, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-6, Жиры-4, Углеводы-1, Калорийность-62 | 15-65 |
| 200 | Свекольник <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i> | Белки-3, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-101 | 14-41 |
| 10 | Сметана к I блюдам | Жиры-2, Калорийность-16 | 4-28 |
| 210 | Плов из филе птицы <i>крупа рисовая, филе грудки куриное, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-11, Жиры-9, Углеводы-40, Калорийность-284 | 40-53 |
| 200 | Сок фруктовый | Углеводы-23, Калорийность-94 | 10-08 |
| 24 | Хлеб пшеничный | Белки-3, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-66 | 1-48 |
| 22 | Хлеб ржано-пшеничный | Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11, Калорийность-49 | 1-14 |
| 726 | Итого за Обед | Белки-25, Жиры-22, Углеводы-98, Калорийность-672 | 87-57 |
| Полдник | | | |
| 100 | Булочка Российская <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i> | Белки-10, Жиры-12, Углеводы-66, Калорийность-413 | 10-32 |
| 58 | Печенье Овсяное | Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141 | 8-70 |
| 200 | Напиток апельсиновый <i>сахар-песок, апельсин</i> | Калорийность-99 | 5-89 |
| 358 | Итого за Полдник | Белки-13, Жиры-16, Углеводы-89, Калорийность-653 | 24-91 |
| 358 | Итого за день | Белки-38, Жиры-38, Углеводы-187, Калорийность-1325 | 112-48 |

Бухгалтер-калькулятор

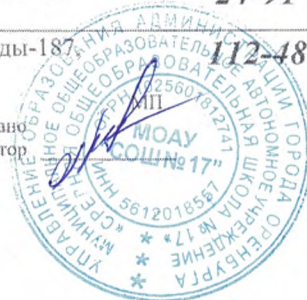


Мальничева Н.М.

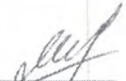


Генеральный директор



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 | | | |
| 60 | Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i> | Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-78 | 9-11 |
| 230 | Плов из филе птицы <i>крупа рисовая, филе грудки куриное, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-13, Жиры-9, Углеводы-44, Калорийность-311 | 44-39 |
| 200 | Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток</i> | Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-71 | 9-58 |
| 60 | Хлеб пшеничный | Белки-6, Жиры-3, Углеводы-29, Калорийность-165 | 3-74 |
| 550 | Итого за Завтрак | Белки-20, Жиры-14, Углеводы-105, Калорийность-624 | 66-82 |
| Обед | | | |
| 100 | Салат "Принцесса на горошине" <i>яйцо куриное, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-9, Жиры-6, Углеводы-2, Калорийность-100 | 26-08 |
| 250 | Свекольник <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i> | Белки-2, Жиры-6, Калорийность-65 | 18-01 |
| 10 | Сметана к I блюдам | Жиры-2, Калорийность-16 | 4-28 |
| 100 | Фрикадельки из говядины в соусе <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 | Макароны отварные с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-4, Жиры-5, Углеводы-42, Калорийность-226 | 13-02 |
| 200 | Сок фруктовый | Углеводы-23, Калорийность-94 | 10-08 |
| 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 |
| 900 | Итого за Обед | Белки-31, Жиры-32, Углеводы-109, Калорийность-835 | 110-53 |
| Полдник | | | |
| 100 | Булочка Российская <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i> | Белки-10, Жиры-12, Углеводы-66, Калорийность-413 | 10-32 |
| 58 | Печенье Овсяное | Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141 | 8-70 |
| 200 | Напиток апельсиновый <i>сахар-песок, апельсин</i> | Калорийность-99 | 5-89 |
| 358 | Итого за Полдник | Белки-13, Жиры-16, Углеводы-89, Калорийность-653 | 24-91 |
| 358 | Итого за день | Белки-64, Жиры-62, Углеводы-303, Калорийность-2112 | 202-26 |
| Бухгалтер-калькулятор |  Мальшеша Н.М. | Генеральный директор  Затонский Д.А. | Согласовано Директор  |



Меню Школа ОВЗ 7-18

| Выход (г) | Наименование блюда | эв. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------|--------------------|---|-------------------------|
|-----------|--------------------|---|-------------------------|

Завтрак

| | | | |
|-----|---|---|--|
| 60 | Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i> | Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-78 | |
| 210 | Плов из филе птицы <i>крупа рисовая, филе грудки куриное, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-11, Жиры-9, Углеводы-40, Калорийность-284 | |
| 200 | Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</i> | Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-71 | |
| 37 | Хлеб пшеничный | Белки-4, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-102 | |

Завтрак2/Полдник

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

Итого за 1-я смена

| | | | |
|-----|--|---|--------------|
| 752 | | Белки-20, Жиры-19, Углеводы-124, Калорийность-699 | 67-60 |
|-----|--|---|--------------|

Обед

| | | | |
|-----|---|---|--|
| 60 | Салат "Принцесса на горошине" <i>яйцо куриное, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-6, Жиры-4, Углеводы-1, Калорийность-60 | |
| 200 | Свекольник <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i> | Белки-2, Жиры-5, Калорийность-52 | |
| 10 | Сметана к I блюдам | Жиры-2, Калорийность-16 | |
| 210 | Плов из филе птицы <i>крупа рисовая, филе грудки куриное, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-11, Жиры-9, Углеводы-40, Калорийность-284 | |
| 200 | Сок фруктовый | Углеводы-23, Калорийность-94 | |
| 24 | Хлеб пшеничный | Белки-3, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-66 | |
| 22 | Хлеб ржано-пшеничный | Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11, Калорийность-49 | |

Полдник

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

Итого за 2-я смена

| | | | |
|-----|--|---|--------------|
| 971 | | Белки-27, Жиры-28, Углеводы-124, Калорийность-786 | 93-64 |
|-----|--|---|--------------|

Бухгалтер-калькулятор



Мальшева Н.М.

Генеральный директор



Затонский Д.А.

Согласовано
Директор