

## 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>Чиполлетти из говядины с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-118	31-27
170	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-30, Калорийность-190	25-15
30	<b>Печенье Галеты</b>	Углеводы-4, Калорийность-21	4-68
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-42
29	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-80	2-28
519	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-16, Жиры-13, Углеводы-71, Калорийность-469	65-80
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из моркови (припущ)..</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-86	8-11
200	<b>Суп картофельный с гречневой крупой</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа гречневая, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-84	8-18
90	<b>Биточек припущенный из птицы</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-2, Углеводы-9, Калорийность-97	39-76
160	<b>Перловка с овощами</b> <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-8, Углеводы-34, Калорийность-228	7-10
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-55
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-55	1-58
20	<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-45	1-32
750	<b>Итого за Обед</b>	Белки-24, Жиры-20, Углеводы-115, Калорийность-714	72-60
750	<b>Итого за день</b>	Белки-40, Жиры-33, Углеводы-186, Калорийность-1 183	138-40

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Загонский Д.А.

Согласовано  
Директор

## Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
75	<b>Салат из моркови</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-12, Калорийность-108	10-14
200	<b>Суп картофельный с гречневой крупой</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа гречневая, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-84	8-18
100	<b>Чиполлетти из говядины с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-6, Углеводы-10, Калорийность-135	36-13
200	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35, Калорийность-224	29-59
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-55
21	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-58	1-63
24	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-54	1-58
820	<b>Итого за Обед</b>	Белки-23, Жиры-25, Углеводы-122, Калорийность-781	93-80
<u>Полдник</u>			
50	<b>Булочка школьная</b> <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-33, Калорийность-162	3-79
100	<b>Мандарин</b>	Белки-1, Калорийность-38	24-00
200	<b>Чай б/с</b>		0-81
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-33, Калорийность-200	28-60
350	<b>Итого за день</b>	Белки-28, Жиры-26, Углеводы-154, Калорийность-981	122-40

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>			
130	<b>Чиполлетти из говядины с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-14, Жиры-8, Углеводы-13, Калорийность-185	50-70
200	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35, Калорийность-224	29-59
30	<b>Печенье Галеты</b>	Углеводы-4, Калорийность-21	4-68
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-42
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25, Калорийность-138	3-96
610	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-25, Жиры-18, Углеводы-91, Калорийность-627	91-35
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Салат из моркови (припущ)</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-16, Калорийность-143	13-52
250	<b>Суп картофельный с гречневой крупой</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа гречневая, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18, Калорийность-104	10-22
100	<b>Биточек припущенный из птицы</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-108	44-18
180	<b>Перловка с овощами</b> <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-9, Углеводы-38, Калорийность-257	7-99
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-55
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-83	2-37
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-67	1-98
890	<b>Итого за Обед</b>	Белки-29, Жиры-26, Углеводы-140, Калорийность-882	86-81
<b><u>Полдник</u></b>			
50	<b>Булочка школьная</b> <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-33, Калорийность-162	3-79
100	<b>Мандарин 1 шт</b>	Белки-1, Калорийность-38	24-00
200	<b>Чай б/с</b>		0-81
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-33, Калорийность-200	28-60
350	<b>Итого за день</b>	Белки-59, Жиры-46, Углеводы-264, Калорийность-1 708	206-76

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный  
директор

Зитойский Д.А.

Согласовано  
Директор

**Меню школа ОВЗ 7-18 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<b>Чиполлетти из говядины с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-118	
170	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-30, Калорийность-190	
30	<b>Печенье Галеты</b>	Углеводы-4, Калорийность-21	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
29	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-80	
<b><u>Завтрак2/Полдник</u></b>			
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	
30	<b>Печенье Галеты</b>	Углеводы-4, Калорийность-21	
<b>754</b>	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-17, Жиры-13, Углеводы-85, Калорийность-531	<b>71-30</b>
<b><u>Обед</u></b>			
75	<b>Салат из моркови (припущ)..</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-12, Калорийность-108	
200	<b>Суп картофельный с гречневой крупой</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа гречневая, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-84	
100	<b>Чиполлетти из говядины с соусом томатным</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, яйцо куриное, соль йодированная, масло подсолнечное, зелень,</i>	Белки-10, Жиры-6, Углеводы-10, Калорийность-135	
200	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35, Калорийность-224	
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	
21	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-58	
24	<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-54	
<b><u>Полдник</u></b>			
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	
30	<b>Печенье Галеты</b>	Углеводы-4, Калорийность-21	
<b>1 055</b>	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-24, Жиры-25, Углеводы-136, Калорийность-843	<b>99-30</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор