

## 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>			
100	<b>Огурцы соленые</b>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-82	17-40
225	<b>Плов из филе птицы</b> <i>крупа рисовая, филе грудки куриное, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-8, Углеводы-33, Калорийность-246	42-82
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-42
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-135	3-16
<b>565</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-20, Жиры-16, Углеводы-80, Калорийность-522	<b>65-80</b>
<b>Обед</b>			
80	<b>Салат "Принцесса на горошине"</b> <i>яйцо куриное, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-6, Углеводы-2, Калорийность-80	25-54
200	<b>Суп с домашней лапшой</b> <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	5-27
90	<b>Биточек припущенный из птицы</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-3, Углеводы-9, Калорийность-97	39-76
160	<b>Картофель по-деревенски</b> <i>картофель в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-46, Калорийность-247	25-34
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
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
<b>770</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-27, Жиры-25, Углеводы-105, Калорийность-721	<b>108-89</b>
<b>770</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-48, Жиры-33, Углеводы-184, Калорийность-1 212	<b>174-69</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затоцкий Д.А.

Согласовано  
Директор

Акционерное общество  
"Комбинат Школьного Питания"  
ИНН 5811037285  
И/О 2

**Школа 7-11 (2 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
100	<b>Огурцы соленые</b>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-74	17-40
200	<b>Суп с домашней лапшой</b> <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	5-27
200	<b>Плов из филе птицы</b> <i>филе грудки куриное, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-19, Жиры-11, Углеводы-45, Калорийность-332	55-69
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
35	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11, Калорийность-61	2-77
39	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-63	2-59
774	<b>Итого за Обед</b>	Белки-27, Жиры-25, Углеводы-105, Калорийность-727	93-80
<b>Полдник</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</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-42, Жиры-32, Углеводы-100, Калорийность-1 018	122-40

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>			
100	<b>Огурцы соленые</b>	Белки-3, Углеводы-1, Калорийность-16	17-40
250	<b>Плов из филе птицы</b> <i>крупа рисовая, филе грудки куриное, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-10, Углеводы-48, Калорийность-338	47-58
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
<b>600</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-22, Жиры-13, Углеводы-89, Калорийность-551	<b>71-36</b>
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат "Принцесса на горошине"</b> <i>яйцо куриное, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-2, Калорийность-100	31-93
250	<b>Суп с домашней лапшой</b> <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-130	6-59
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>Картофель по-деревенски</b> <i>картофель в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-51, Калорийность-278	28-51
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
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
<b>890</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-35, Жиры-27, Углеводы-124, Калорийность-859	<b>125-64</b>
<b>Полдник</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</b>	Белки-1, Калорийность-38	24-00
200	<b>Чай б/с</b>		0-81
<b>350</b>	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-33, Калорийность-200	<b>28-60</b>
<b>350</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-62, Жиры-41, Углеводы-245, Калорийность-1 610	<b>225-60</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский 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)
-----------	--------------------	---	-------------------------

**Завтрак**

100	<b>Огурцы соленые</b>	Белки-3, Углеводы-1, Калорийность-16	
225	<b>Плов из филе птицы</b> <i>крупа рисовая, филе грудки куриное, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-43, Калорийность-304	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-2, Углеводы-20, Калорийность-110	

**Завтрак2/Полдник**

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	

**Итого за 1-я смена** Белки-20, Жиры-11, Углеводы-93, Калорийность-552 **71-30**

800

**Обед**

100	<b>Огурцы соленые</b>	Белки-3, Углеводы-1, Калорийность-16	
200	<b>Суп с домашней лапшой</b> <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	
200	<b>Плов из филе птицы</b> <i>филе грудки куриное, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-25, Жиры-19, Калорийность-420	
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	
35	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17, Калорийность-96	
39	<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19, Калорийность-88	

**Полдник**

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	

**Итого за 2-я смена** Белки-37, Жиры-30, Углеводы-81, Калорийность-880 **99-30**

1 009

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор