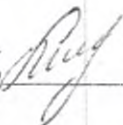


Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>батон нарезной, повидло, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-5, Калорийность-130	12-71
200/5	<b>Каша молочная Геркулес с маслом</b> <i>молоко 2.5%, крупа геркулесовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-30, Калорийность-221	17-67
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-52
200	<b>Чай с вареньем из черной смородины</b> <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-20	8-17
47	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-23, Калорийность-129	3-73
<b>712</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>Белки-15, Жиры-15, Углеводы-81, Калорийность-594</b>	<b>65-80</b>
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом</b> <i>яйцо куриное, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-16, Углеводы-5, Калорийность-191	21-79
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77	12-39
100	<b>Шницель припущенный из птицы с соусом томатным</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-5, Углеводы-5, Калорийность-99	37-26
160	<b>Рис "Светофор" с морковью и горошком</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-31, Калорийность-249	18-56
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
<b>800</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>Белки-27, Жиры-37, Углеводы-104, Калорийность-855</b>	<b>99-45</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>Белки-42, Жиры-52, Углеводы-185, Калорийность-1 540</b>	<b>165-25</b>

Бухгалтер-калькулятор



Малышева Н.М.

Генеральный директор



Зайцевский Д.А.

Согласовано  
Директор

Административное общеобразовательное учреждение  
"Комбинат Школьного Питания" ОГОНЁК

## 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>			
70	<b>Салат "Столичный"</b> <i>яйцо куриное, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-4, Калорийность-106	15-25
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77	12-39
100	<b>Шницель припущенный из птицы с соусом томатным</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-119	37-26
160	<b>Рис "Светофор" с морковью и горошком</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-31, Калорийность-249	18-56
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-55
27	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-58	2-14
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11, Калорийность-52	1-65
782	<b>Итого за Обед</b>	Белки-25, Жиры-28, Углеводы-104, Калорийность-779	93-80
<b>Полдник</b>			
40	<b>Булочка с повидлом и помадкой</b> <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие</i>	Белки-3, Жиры-2, Калорийность-147	5-91
250	<b>Апельсин</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20, Калорийность-108	34-50
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-42
490	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35, Калорийность-314	42-83
	<b>Итого за день</b>	Белки-30, Жиры-36, Углеводы-143, Калорийность-1143	136-63

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>Завтрак</b>			
60	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>батон нарезной, повидло, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-5, Калорийность-179	12-71
250/5	<b>Каша молочная Геркулес с маслом</b> <i>молоко 2.5%, крупа геркулесовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-9, Углеводы-38, Калорийность-268	20-87
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-52
200	<b>Чай с вареньем из черной смородины</b> <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	8-17
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25, Калорийность-138	3-96
765	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-17, Жиры-16, Углеводы-90, Калорийность-740	69-23
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом</b> <i>яйцо куриное, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-16, Углеводы-5, Калорийность-191	21-79
250	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-96	15-49
100	<b>Шницель припущенный из птицы с соусом томатным</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-118	37-26
180	<b>Рис "Светофор" с морковью и горошком</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-13, Углеводы-35, Калорийность-280	20-88
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-40, Углеводы-120, Калорийность-956	106-32
<b>Полдник</b>			
40	<b>Булочка с повидлом и помадкой</b> <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное, сахар-песок, соль йодированная, орешки сухие</i>	Белки-3, Жиры-2, Калорийность-147	5-91
250	<b>Апельсин</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20, Калорийность-108	34-50
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-42
490	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35, Калорийность-314	42-83
<b>Итого за день</b>			
		Белки-51, Жиры-59, Углеводы-245, Калорийность-2114	218-38

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Забонский 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)
<u>Завтрак</u>			
60	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>батон нарезной, повидло, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-5, Калорийность-179	
200/5	<b>Каша молочная Геркулес с маслом</b> <i>молоко 2.5%, крупа геркулесовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-30, Калорийность-221	
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
200	<b>Чай с вареньем из черной смородины</b> <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	
47	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-23, Калорийность-129	
<u>Завтрак2/Полдник</u>			
200	<b>Чай б/с</b>		
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
962	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-18, Жиры-16, Углеводы-119, Калорийность-860	<b>71-30</b>
<u>Обед</u>			
70	<b>Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом</b> <i>яйцо куриное, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-4, Калорийность-134	
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77	
100	<b>Шницель припущенный из птицы с томатным соусом</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-118	
160	<b>Рис "Светофор" с морковью и горошком</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-11, Углеводы-31, Калорийность-249	
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	
27	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-13, Калорийность-74	
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-56	
<u>Полдник</u>			
200	<b>Чай б/с</b>		
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
1 032	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-28, Жиры-35, Углеводы-146, Калорийность-1 004	<b>99-30</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор