

Меню СОШ ОВЗ (7-11)

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

Завтрак

200	Каша молочная рисовая молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная	Белки-7, Жиры-13, Углеводы-33, Калорийность-279	
180	Яблоко	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-84	
190	Кофейный напиток с молоком молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-75	
20,87	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-6, Калорийность-49	

Завтрак2

36,1	Бутерброд с повидлом повидло, батон нарезной	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	

826,97	Итого за 1-я смена	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-101, Калорийность-594	81-82
--------	---------------------------	--	-------

Обед

60	Икра морковная морковь в/к, лук в/к, томат-паста, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная	Белки-2, Жиры-7, Углеводы-6, Калорийность-65	
200	Борщ из свежей капусты с картофелем 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	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-119	
90	Наггетсы куриные с соусом филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-9, Калорийность-136	
150	Макароны отварные с маслом макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-39, Калорийность-202	
190	Компот из сушеных фруктов (курага) курага, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-26, Калорийность-107	
27,82	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-14, Калорийность-76	

Полдник

36,1	Бутерброд с повидлом повидло, батон нарезной	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	

953,92	Итого за 2-я смена	Белки-24, Жиры-24, Углеводы-126, Калорийность-811	113-39
--------	---------------------------	--	--------

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский



Меню СОШ ОВЗ 12-18

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

Завтрак

200	Каша молочная рисовая молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная	Белки-7, Жиры-13, Углеводы-29, Калорийность-279	
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
200	Кофейный напиток с молоком молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16, Калорийность-79	
42,24	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-21, Калорийность-99	

Завтрак2

36,1	Бутерброд с повидлом повидло, батон нарезной	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	

878,34

Итого за 1-я смена Белки-16, Жиры-16, Углеводы-113,
Калорийность-658

81-82

Обед

100	Икра морковная морковь в/к, лук в/к, томат-паста, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-93	
250	Борщ из свежей капусты с картофелем свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-96	
100	Наггетсы куриные с соусом филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок	Белки-9, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-143	
200	Макароны отварные макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-59, Калорийность-325	
180	Компот из сушеных фруктов (курага) курага, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-25, Калорийность-102	
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	
31,47	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-56	

Полдник

36,1	Бутерброд с повидлом повидло, батон нарезной	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	

1 127,57

Итого за 2-я смена Белки-26, Жиры-21, Углеводы-175,
Калорийность-992

113-39

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ ОВЗ (7-11)

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

Завтрак

90	Шницель домашний фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, томат-паста, сухари панировочные, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, яйцо куриное с2	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-18, Калорийность-159	
150	Картофельное пюре картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-23, Калорийность-181	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	
60,56	Хлеб пшеничный	Белки-5, Углеводы-23, Калорийность-144	

Завтрак2

17	Вафли	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88	
190	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-19, Калорийность-81	
707,56	Итого за 1-я смена	Белки-18, Жиры-21, Углеводы-109, Калорийность-712	81-82

Обед

70	Салат Здоровье (без морковь в/к, свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-103	
200	Суп гороховый картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная	Белки-6, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-132	
10	Гренки из пш. хлеба	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-34	
90	Шницель домашний с соусом фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, томат-паста, сухари панировочные, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, яйцо куриное с2	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-18, Калорийность-159	
190	Картофельное пюре картофель в/к, молоко 2.5%, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, Калорийность-229	
200	Компот из свежих яблок яблоко, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-15, Калорийность-61	
26,9	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-16, Калорийность-72	

Полдник

17	Вафли	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88	
180	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	
983,9	Итого за 2-я смена	Белки-28, Жиры-30, Углеводы-142, Калорийность-954	113-39

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ ОВЗ 12-18

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

Завтрак

120 **Шницель домашний с соусом** Белки-9, Жиры-11, Углеводы-11, Калорийность-178

фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, томат-паста, сухари панировочные, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, яйцо куриное с2

200 **Картофельное пюре** Белки-3, Жиры-6, Калорийность-165

картофель в/к, молоко 2.5%, масло подсолнечное, соль йодированная

200 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-60

сахар-песок, чай черный лист

52,58 **Хлеб пшеничный** Белки-4, Углеводы-26, Калорийность-125

Завтрак2

17 **Вафли** Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88

200 **Сок фруктовый** Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85

789,58 **Итого за 1-я смена** Белки-19, Жиры-22, Углеводы-83, Калорийность-700 **81-82**

Обед

100 **Салат Здоровье (без** Белки-1, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-97

морковь в/к, свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная

250 **Суп гороховый** Белки-6, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-118

картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, крупа горох, масло подсолнечное, соль йодированная

15 **Гренки из пш. хлеба** Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-50

120 **Шницель домашний с соусом** Белки-9, Жиры-11, Углеводы-11, Калорийность-178

фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, томат-паста, сухари панировочные, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, яйцо куриное с2

180 **Картофельное пюре** Белки-3, Жиры-5, Калорийность-148

картофель в/к, молоко 2.5%, масло подсолнечное, соль йодированная

180 **Компот из свежих яблок** Углеводы-13, Калорийность-55

яблоко, сахар-песок, кислота лимонная

30,03 **Хлеб ржано- пшеничный** Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54

Полдник

17 **Вафли** Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88

200 **Сок фруктовый** Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85

1 092,03 **Итого за 2-я смена** Белки-25, Жиры-30, Углеводы-105, Калорийность-873 **113-39**

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор



23.04.2025 1ср

Меню СОШ ОВЗ (7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
90	Гуляши из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сметана 15%, томат-паста, соль йодированная	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2, Калорийность-136	
170	Каша гречневая с овощами крупа гречневая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-5, Жиры-8, Углеводы-38, Калорийность-209	
17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71	
200	Чай фруктовый сахар-песок, яблоко, чай черный лист	Углеводы-7, Калорийность-30	
36,09	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-84	
<u>Завтрак2</u>			
36,1	Бутерброд с повидлом повидло, батон нарезной	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	
749,19	Итого за 1-я смена	Белки-19, Жиры-17, Углеводы-104, Калорийность-637	81-82
<u>Обед</u>			
70	Салат картофельный с соленым огурцом картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленые, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, Калорийность-67	
200	Щи из свежей капусты с картофелем капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-88	
90	Гуляши из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сметана 15%, томат-паста, соль йодированная	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2, Калорийность-136	
150	Каша гречневая с овощами крупа гречневая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-5, Жиры-7, Углеводы-33, Калорийность-185	
200	Напиток из шиповника сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-97	
26,34	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-15, Калорийность-80	
21,62	Хлеб ржаной- пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	
<u>Полдник</u>			
36,1	Бутерброд с повидлом повидло, батон нарезной	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	
994,06	Итого за 2-я смена	Белки-24, Жиры-24, Углеводы-127, Калорийность-812	113-39

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ ОВЗ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
110	Гуляш из филе кур <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-5, Калорийность-204	
200	Каша гречневая с овощами <i>крупа гречневая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-31, Калорийность-206	
17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-7, Калорийность-30	
33,81	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-80	
<u>Завтрак2</u>			
36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
796,91	Итого за 1-я смена	Белки-23, Жиры-24, Углеводы-99, Калорийность-699	81-82
<u>Обед</u>			
100	Салат картофельный с соленым огурцом <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленые, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12, Калорийность-105	
250	Щи из свежей капусты с картофелем <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10, Калорийность-92	
110	Гуляш из филе кур <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-5, Калорийность-204	
180	Каша гречневая с овощами <i>крупа гречневая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-28, Калорийность-186	
180	Напиток из шиповника <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-87	
29,22	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-53	
<u>Полдник</u>			
36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
1 085,32	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-32, Углеводы-111, Калорийность-834	113-39

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ ОВЗ (7-11)

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

Завтрак

90	Биточек домашний фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, сухари панировочные, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная, яйцо куриное с2	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-10, Калорийность-203	
186	Макароны отварные с маслом макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-43, Калорийность-233	
206	Чай с лимоном сахар-песок, лимон, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-61	
20,2	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	

Завтрак2

12	Сушки	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41	
193	Напиток из шиповника сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"	Белки-1, Углеводы-22, Калорийность-94	

707,2	Итого за 1-я смена	Белки-20, Жиры-16, Углеводы-109, Калорийность-679	81-82
-------	---------------------------	---	-------

Обед

60	Винегрет овощной картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-78	
200	Суп картофельный с рисом картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа рисовая, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-92	
90	Биточек домашний фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, сухари панировочные, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная, яйцо куриное с2	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-10, Калорийность-203	
150	Макароны отварные с маслом макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-35, Калорийность-188	
180	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	
20,56	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-10, Калорийность-48	
23,41	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-8, Калорийность-42	

Полдник

12	Сушки	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41	
193	Напиток из шиповника сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"	Белки-1, Углеводы-22, Калорийность-94	

928,97	Итого за 2-я смена	Белки-26, Жиры-27, Углеводы-131, Калорийность-862	113-39
--------	---------------------------	---	--------

Бухгалтер-калькулятор

Головина М.И.

Генеральный директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ ОВЗ 12-18

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

Завтрак

110	Биточек домашний фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, фарш свиной (полуфабрикат), сухари панировочные, лук в/к, соль йодированная, яйцо куриное с2, масло подсолнечное	Белки-17, Жиры-13, Углеводы-20, Калорийность-284	
220	Макароны отварные с маслом макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-51, Калорийность-276	
205	Чай с лимоном сахар-песок, лимон, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-61	
37,18	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-87	

Завтрак2

12	Сушки	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41	
193	Напиток из шиповника сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"	Белки-1, Углеводы-22, Калорийность-94	

777,18	Итого за 1-я смена	Белки-27, Жиры-20, Углеводы-135, Калорийность-843	81-82
--------	---------------------------	---	-------

Обед

100	Винегрет овощной картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136	
250	Суп картофельный с рисом картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа рисовая, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-104	
110	Биточек домашний фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, фарш свиной (полуфабрикат), сухари панировочные, лук в/к, соль йодированная, яйцо куриное с2, масло подсолнечное	Белки-17, Жиры-13, Углеводы-20, Калорийность-284	
180	Макароны отварные с маслом макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-42, Калорийность-226	
190	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-19, Калорийность-81	
36,02	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-85	

Полдник

12	Сушки	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41	
193	Напиток из шиповника сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"	Белки-1, Углеводы-22, Калорийность-94	

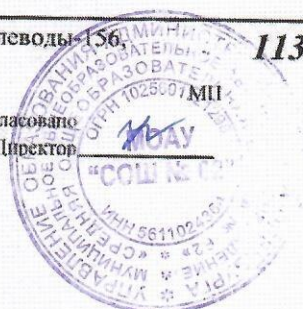
1 071,02	Итого за 2-я смена	Белки-31, Жиры-31, Углеводы-156, Калорийность-1 050	113-39
----------	---------------------------	---	--------

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

25.04.2025 1шт

Меню СОШ ОВЗ (7-11)

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

Завтрак

220	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, лавровый лист</i>	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-20, Калорийность-276
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60
30,78	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73

Завтрак2

17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-7, Калорийность-30

725,78

Итого за 1-я смена

Белки-20, Жиры-22, Углеводы-93,
Калорийность-651

81-82

Обед

60	Салат "Степной" из разных овощей <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленные, горошек зеленый, масла подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-9, Калорийность-82
200	Рассольник ленинградский <i>картофель в/к, огурцы соленные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масла подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-127
230	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масла подсолнечное, лук в/к, лавровый лист</i>	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-21, Калорийность-289
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-31, Калорийность-124
48,99	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-24, Калорийность-116
36,23	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-66

Полдник

17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71
180	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-7, Калорийность-27

972,22

Итого за 2-я смена

Белки-26, Жиры-26, Углеводы-134,
Калорийность-901

113-39

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ ОВЗ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
235	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-16, Жиры-25, Углеводы-54, Калорийность-518	
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
59,97	Хлеб пшеничный	Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-141	
<u>Завтрак2</u>			
17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай чёрный лист</i>	Углеводы-7, Калорийность-30	
769,97	Итого за 1-я смена	Белки-25, Жиры-32, Углеводы-142, Калорийность-961	81-82
<u>Обед</u>			
100	Салат "Степной" из разных овощей <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-137	
250	Рассольник ленинградский <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-8, Калорийность-58	
240	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-16, Жиры-26, Углеводы-55, Калорийность-529	
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-31, Калорийность-124	
53,41	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-26, Калорийность-125	
50	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-91	
<u>Полдник</u>			
17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай чёрный лист</i>	Углеводы-7, Калорийность-30	
1110,41	Итого за 2-я смена	Белки-30, Жиры-41, Углеводы-165, Калорийность-1164	113-39

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ ОВЗ 12-18

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

Завтрак

200	Каша гречневая с отварной курицей <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-18, Калорийность-163	
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
34,89	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-63	

Завтрак2

36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

870,99	Итого за 1-я смена	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-93, Калорийность-487	81-82
---------------	---------------------------	--	--------------

Обед

110	Салат из моркови <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-9, Углеводы-17, Калорийность-158	
250	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-119	
265	Каша гречневая с отварной курицей <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-8, Углеводы-23, Калорийность-216	
200	Напиток лимонный <i>лимон, сахар-песок</i>	Углеводы-16, Калорийность-63	
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	
52,96	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-96	

Полдник

36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

1 164,06	Итого за 2-я смена	Белки-24, Жиры-24, Углеводы-140, Калорийность-876	113-39
-----------------	---------------------------	--	---------------

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

