

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>			
10/20	Бутерброд с сыром <i>бифтон нарезной, сыр твердый</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-88	
200/5	Каша молочная рисовая <i>мо. око 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Калорийность-263	
180	Яблоко	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-84	
180	Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</i>	Жиры-2, Углеводы-12, Калорийность-64	
17	Хлеб пшеничный.	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-40	
<u>Завтрак2</u>			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай б/с		
832	Итого за 1-я смена	Белки-15, Жиры-12, Углеводы-65, Калорийность-607	78-30
<u>Обед</u>			
65	Огурцы соленые	Белки-2, Углеводы-1, Калорийность-11	
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	
210	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-23, Жиры-17, Углеводы-24, Калорийность-340	
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
29	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
25	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	
<u>Полдник</u>			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай б/с		
949	Итого за 2-я смена	Белки-33, Жиры-26, Углеводы-89, Калорийность-721	108-07

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

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			
225	Жаркое по-домашнему <i>картофель в/к, свинина б/к, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-13, Углеводы-31, Калорийность-298	
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	
60	Хлеб пшеничный.	Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-141	
Завтрак2			
20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
760	Итого за 1-я смена	Белки-21, Жиры-16, Углеводы-136, Калорийность-780	78-30
Обед			
90	Салат из красной фасоли <i>фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-5, Калорийность-126	
200	Рассольник ленинградский . <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-26, Калорийность-120	
100	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-6, Калорийность-156	
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	
26	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	
26	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-47	
Полдник			
20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
1 022	Итого за 2-я смена	Белки-34, Жиры-31, Углеводы-129, Калорийность-917	108-07

Бухгалтер-калькулятор

Permina

Пермина Т.П.

Генеральный директор

Zatonskiy

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор



Меню школа ОВЗ 7-18 лет

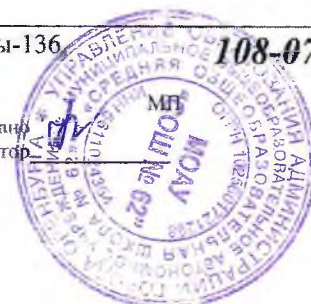
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50/20	Митболы с томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-7, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-103	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
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	
39	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-92	
<u>Завтрак2</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
772	Итого за 1-я смена	Белки-19, Жиры-16, Углеводы-127, Калорийность-726	78-30
<u>Обед</u>			
70	Салат из моркови (припуш). <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-11, Калорийность-100	
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. <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	
10	Сметана к I блюдам.	Жиры-2, Калорийность-16	
50/40	Митболы с томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-7, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-115	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
28	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	
25	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	
<u>Полдник</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
1 028	Итого за 2-я смена	Белки-21, Жиры-23, Углеводы-136, Калорийность-836	108-07

Бухгалтер-
калькулятор

Пернина Т.П.

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)
<u>Завтрак</u>			
88	Гуляш из свинины <i>свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-27, Углеводы-3, Калорийность-289	
160	Макаронные изделия (весовые). <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	
59	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-29, Калорийность-139	
<u>Завтрак2</u>			
20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
727	Итого за 1-я смена	Белки-22, Жиры-33, Углеводы-115, Калорийность-843	78-30
<u>Обед</u>			
100	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы соленые, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136	
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	
20	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-15, Калорийность-80	
90	Гуляш из свинины <i>свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-27, Углеводы-3, Калорийность-295	
160	Макаронные изделия (весовые). <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260	
200	Напиток из шиповника <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133	
23	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-54	
25	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	
<u>Полдник</u>			
20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
1 038	Итого за 2-я смена	Белки-29, Жиры-45, Углеводы-170, Калорийность-1 222	108-07

Бухгалтер
калькулятор

Перина Т.П.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП



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

80/20	Котлета рыбная из минтая с томатным соусом <i>котлеты из минтая, 100-г замороженные (пф), масло подсолнечное/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-5, Калорийность-152	
160	Картофельное пюре. <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-28, Калорийность-179	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	

Завтрак2

50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		

765	Итого за 1-я смена	Белки-21, Жиры-18, Углеводы-111, Калорийность-685	78-30
-----	---------------------------	--	--------------

Обед

85	Салат "Степной". <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-89	
200	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-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	
80/30	Котлета рыбная из минтая с томатным соусом <i>котлеты из минтая, 100-г замороженные (пф), масло подсолнечное/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-6, Калорийность-158	
160	Картофельное пюре. <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-28, Калорийность-179	
200	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-19, Калорийность-76	
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	
26	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-47	

Полдник

50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		

1 056	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-27, Углеводы-134, Калорийность-879	108-07
-------	---------------------------	--	---------------

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

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)
<u>Завтрак</u>			
85	Салат из свеклы отварной <i>свекла в/к, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-9, Калорийность-104	
165	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-18, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-238	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
53	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-26, Калорийность-125	
<u>Завтрак2</u>			
20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
728	Итого за 1-я смена	Белки-25, Жиры-13, Углеводы-109, Калорийность-653	78-30
<u>Обед</u>			
90	Салат из свеклы отварной <i>свекла в/к, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-9, Калорийность-110	
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	
220	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-24, Жиры-6, Углеводы-43, Калорийность-318	
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	
23	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-8, Калорийность-42	
<u>Полдник</u>			
20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
978	Итого за 2-я смена	Белки-33, Жиры-23, Углеводы-124, Калорийность-831	108-07

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Зягонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

