

Меню СОШ (7-11, 1 см) буф шк

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
205	Каша молочная пшениная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-23, Калорийность-283	24-55
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	31-68
180	Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-136	14-71
28,86	Хлеб пшеничный	Белки-2, Жиры 1, Углеводы-12, Калорийность-68	2-57
613,86	Итого за Завтрак	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-82, Калорийность-580	73-51
Обед			
60	Салат из свеклы <i>свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-46	11-86
223	Суп картофельный с клецками <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист</i>	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-7, Калорийность-51	13-36
100	Котлета мясная из п/ф с соусом томатным <i>котлеты пикник 100гр (п/ф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-18, Углеводы-3, Калорийность-212	53-62
180	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-5, Углеводы-39, Калорийность-242	12-66
200	Компот из сушеных фруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	5-96
35,23	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-11, Калорийность-82	3-12
35	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-63	2-60
833,23	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-28, Углеводы-104, Калорийность-810	103-18
833,23	Итого за день	Белки-43, Жиры-44, Углеводы-186, Калорийность-1 390	176-69

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ (7-11, 2 см) буф шк

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
60	Салат из свеклы свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-46	11-86
223	Суп картофельный с клецками картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-7, Калорийность-51	13-36
100	Котлета мясная из п/ф с соусом томатным котлеты пикник 100гр (пф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок	Белки-10, Жиры-18, Углеводы-3, Калорийность-212	53-62
150	Гороховое пюре крупа горох, масло сливочное, соль йодированная	Белки-10, Жиры-4, Углеводы-38, Калорийность-212	12-66
180	Компот из сушеных фруктов смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-27, Калорийность-102	5-96
20	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-47	3-91
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1, Углеводы-11, Калорийность-36	3-71
753	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-27, Углеводы-101, Калорийность-706	105-08
Полдник			
50	Шарлотка с яблоками яблоко, яйцо куриное с2, сахар-песок, мука пшеничная в/с, ванилин, сода пищевая	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-24, Калорийность-145	15-50
180	Напиток вишнево- смородиновый сахар-песок, вишня с/м, смородина черная с/м	Углеводы-14, Калорийность-59	11-98
70	Фруктовая нарезка (апельс)	Белки-1, Калорийность-31	23-54
300	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-38, Калорийность-235	51-02
300	Итого за день	Белки-32, Жиры-35, Углеводы-139, Калорийность-940	163-87

Бухгалтер-
калькулятор

Годовина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ 12-18 буф школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
260	Каша молочная пшенная с маслом <i>молоко 2,5%, крупа пшено, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-15, Углеводы-24, Калорийность-345	36-54
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	31-68
180	Какао с молоком <i>молоко 2,5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-110	14-71
40	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-56
680	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-19, Углеводы-86, Калорийность-642	86-49
Обед			
100	Салат из свеклы <i>свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-106	14-82
250	Суп картофельный с клецками <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-16, Калорийность-113	14-98
110	Котлета мясная из п/ф с соусом томатным <i>котлеты пикник 100гр (пф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-4, Калорийность-233	72-49
180	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-5, Углеводы-39, Калорийность-242	12-66
200	Компот из сушеных фруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	5-96
33,09	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-16, Калорийность-82	2-94
873,09	Итого за Обед	Белки-32, Жиры-34, Углеводы-112, Калорийность-889	123-85
Полдник			
75	Шарлотка с яблоками <i>яблоко, яйцо куриное с2, сахар-песок, мука пшеничная в/с, ванилин, сода пищевая</i>	Белки-11, Жиры-12, Углеводы-36, Калорийность-217	23-25
180	Напиток вишнево-смородиновый <i>сахар-песок, вишня с/м, смородина черная с/м</i>	Углеводы-14, Калорийность-59	11-98
100	Фруктовая нарезка (апельс)	Белки-1, Калорийность-31	33-63
355	Итого за Полдник	Белки-11, Жиры-12, Углеводы-50, Калорийность-307	68-86
355	Итого за день	Белки-61, Жиры-65, Углеводы-248, Калорийность-1 838	279-20

Бухгалтер-калькулятор

Головина М.И.

Генеральный директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ ОВЗ (7-11) буф школ

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

Завтрак

205	Каша молочная пшениная с маслом молоко 2,5%, крупа пшеница, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-23, Калорийность-283	
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
180	Какао с молоком молоко 2,5%, сахар-песок, какао (порошковый)	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-136	
24,83	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-59	

Завтрак2

34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	
180	Чай фруктовый сахар-песок, яблоко, чай черный лист	Углеводы-7, Калорийность-27	

823,83	Итого за 1-я смена	Белки-18, Жиры-19, Углеводы-112, Калорийность-740	81-82
---------------	---------------------------	--	--------------

Обед

60	Салат из свеклы свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-46	
223	Суп картофельный с клецками картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-7, Калорийность-51	
100	Котлета мясная из п/ф с соусом томатным котлеты мясные 100гр (пф), масло подсолнечное, томат-паста, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, сахар-	Белок-10, Жиры-18, Углеводы-3, Калорийность-212	
180	Гороховое пюре крупа горох, масло сливочное, соль йодированная	Белки-12, Жиры-5, Углеводы-39, Калорийность-242	
200	Компот из сушеных фруктов смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-28, Калорийность-113	
39,87	Хлеб пшеничный	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-74	
50	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-1, Углеводы-16, Калорийность-85	

Полдник

34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	
180	Чай фруктовый сахар-песок, яблоко, чай черный лист	Углеводы-7, Калорийность-27	

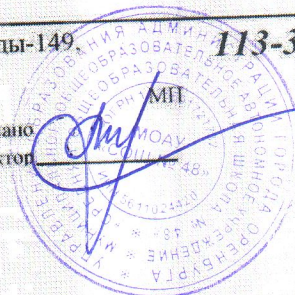
1 066,87	Итого за 2-я смена	Белки-29, Жиры-31, Углеводы-149, Калорийность-991	113-39
-----------------	---------------------------	--	---------------

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню СОШ ОВЗ 12-18 буф школа

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

Завтрак

235	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2,5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-21, Калорийность-298	
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71	
200	Какао с молоком <i>молоко 2,5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-28, Калорийность-151	
59,32	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-29, Калорийность-99	

Завтрак2

34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-7, Калорийность-30	

945,32 **Итого за 1-я смена** Белки-24, Жиры-23, Углеводы-136, Калорийность-864 **81-82**

Обед

100	Салат из свеклы <i>свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-106	
250	Суп картофельный с клецками <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-16, Калорийность-113	
100	Котлета мясная из п/ф с соусом томатным <i>котлеты пикник 100 гр (п/ф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-18, Углеводы-3, Калорийность-212	
180	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-5, Углеводы-39, Калорийность-242	
180	Компот из сушеных фруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-25, Калорийность-102	
33,09	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-78	

Полдник

34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-7, Калорийность-30	

1 077,09 **Итого за 2-я смена** Белки-33, Жиры-36, Углеводы-147, Калорийность-1025 **113-39**

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

