

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

90	Шницель домашний с соусом <i>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</i>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-18, Калорийность-159	33-38
160	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-28, Калорийность-193	32-68
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный, пакет</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-24
58,53	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-22, Калорийность-139	5-21
508,53	Итого за Завтрак	Белки-16, Жиры-17, Углеводы-83, Калорийность-551	73-51

Обед

60	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-78	11-14
200	Рассольник ленинградский <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-127	17-49
90	Наггетсы из рф с томатным соусом <i>наггетсы замороженные (100г 25шт), масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, масло сливочное, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-184	65-99
150	Каша ячневая рассыпчатая с маслом <i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-234	9-08
200	Компот из сушеных фруктов <i>смесь сушеных фруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	5-36
35	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-17, Калорийность-82	3-12
29,07	Хлеб ржаной пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-52	2-60
764,07	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-23, Углеводы-118, Калорийность-824	114-78
764,07	Итого за день	Белки-43, Жиры-39, Углеводы-202, Калорийность-1375	188-29

Бухгалтер-
калькулятор

Генеральный

директор

Д.А. Зетонский

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	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-6, Калорийность-81	11-14
200	Рассол из клешиного картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-100	17-49
90	Шницель домашний с соусом фарш из говядины (булгуфабрика), филе свиной (булгуфабрика), хлеб пшеничный в/к, 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	33-38
160	Картофельное пюре картофель в/к, масло подсолнечное 2,5%, сахар-песок, соль йодированная	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-28, Калорийность-193	32-68
180	Компот из сушеных фруктов смесь сушеных фруктов, сахар-песок, вода кипящая	Углеводы-25, Калорийность-102	5-36
27,14	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-11, Калорийность-64	2-43
35,13	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-12, Калорийность-63	2-60
752,27	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-26, Углеводы-117, Калорийность-764	105-08

Полдник

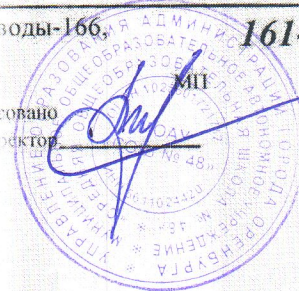
50	Рогожник со сгущенным молоком мука пшеничная в/к, молоко сгущенное варёное, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-20, Калорийность-175	9-89
180	Вареники	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-7, Калорийность-90	30-49
100	Фруктовый салат (облоко)	Углеводы-11, Калорийность-47	15-84
330	Итого за Полдник	Белки-10, Жиры-8, Углеводы-49, Калорийность-312	56-22
330	Итого за день	Белки-34, Жиры-34, Углеводы-166, Калорийность-1076	161-30

Бухгалтер-
калькулятор

Генеральный директор

Генеральный директор

Д.А. Зарянский

Согласовано
Директор

Меню СОШ 12-18 буф школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
100	Шницель домашний с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-8, Жиры-9, Углеводы-20, Калорийность-177	49-67
180	Картофельное пюре <i>картофель в/с, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-9, Углеводы-28, Калорийность-202	36-77
200	Яблоко	Белки-3, Углеводы-16, Калорийность-78	31-68
180	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай пакетный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-02
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-71	2-67
690	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-19, Углеводы-91, Калорийность-588	122-81
Обед			
100	Винегрет овощной <i>картофель в/с, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-129	18-57
250	Рассольник ленинградский <i>картофель в/с, морковь в/к, капуста белокочанная, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-21, Калорийность-133	21-86
100	Наггетсы из п/ф с томатным соусом <i>наггетсы из курицы (п/ф) (25гр), томат-паста, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-191	67-49
180	Каша овсяная рассыпчатая с маслом <i>крупа овсяная, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-39, Калорийность-257	10-89
180	Компот из сушеных фруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-25, Калорийность-102	5-36
35	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-82	3-12
35,13	Хлеб пшенично-ржаной	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-63	2-60
880,13	Итого за Обед	Белки-32, Жиры-22, Углеводы-135, Калорийность-952	129-89
Полдник			
75	Рогалики со сгущенным молоком <i>мука пшеничная в/с, молоко сгущенное варёное, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41, Калорийность-262	14-84
180	Варенье	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-7, Калорийность-90	30-49
100	Фрукты нарезка (яблоко)	Углеводы-11, Калорийность-47	15-84
355	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-60, Калорийность-399	61-17
355	Итого за день	Белки-62, Жиры-58, Углеводы-286, Калорийность-1939	313-87

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

90 **Шницель домашний с соусом** Белки-7, Жиры-8, Углеводы-18, Калорийность-159

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

175 **Картофельное пюре с р/маслом** Белки-5, Жиры-9, Углеводы-31, Калорийность-211

картофель в/к, молоко 2,5%, масло подсолнечное, соль йодированная

195 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-59

сахар-песок, чай черный лист

46,4 **Хлеб пшеничный** Белки-4, Углеводы-18, Калорийность-110

Завтрак2

12 **Сушки** Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41

193 **Напиток из шиповника** Белки-1, Углеводы-22, Калорийность-94

сахар-песок, напиток растительный "шиповник"

Итого за 1-я смена Белки-18, Жиры-18, Углеводы-111, Калорийность-673

711,4

81-82

Обед

60 **Винегрет свекольный** Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-81

картофель в/к, свекла в/к, огурцы соленые, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная

200 **Рассольник ленинградский** Белки-5, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-100

картофель в/к, огурцы соленые, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная

90 **Шницель домашний с соусом** Белки-7, Жиры-8, Углеводы-18, Калорийность-159

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

150 **Картофельное пюре** Белки-4, Жиры-8, Углеводы-23, Калорийность-181

картофель в/к, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная

180 **Компот из сушеных фруктов** Углеводы-25, Калорийность-102

смесь сушеных фруктов, сахар-песок, кислота лимонная

41,19 **Хлеб пшеничный** Белки-4, Углеводы-17, Калорийность-96

35,13 **Хлеб ржаной-пшеничный** Белки-3, Углеводы-11, Калорийность-63

Полдник

12 **Сушки** Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41

193 **Напиток из шиповника** Белки-1, Углеводы-22, Калорийность-94

сахар-песок, напиток растительный "шиповник"

Итого за 2-я смена Белки-27, Жиры-26, Углеводы-148, Калорийность-917

961,32

113-39

Бухгалтер-
калькулятор

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор



17.04.2025 2чт

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

100	Шницель домашний с соусом фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, яйцо куриное с2, сахар-песок	Белки-8, Жиры-9, Углеводы-20, Калорийность-177	
180	Картофельное пюре картофель в/к, масло 2,5%, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-5, Жиры-9, Углеводы-28, Калорийность-202	
180	Яблоко	Белки-3, Углеводы-16, Калорийность-78	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай пакетный д/дет	Углеводы-15, Калорийность-60	
30,66	Хлеб ржаной-пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-56	
Завтрак 2			
8	Сушки	Белки-1, Углеводы-6, Калорийность-27	
200	Напиток из шиповника сахар-песок, напиток витаминизированный "шиповник"	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-97	
898,66	Итого за 1-я смена	Белки-19, Жиры-19, Углеводы-118, Калорийность-697	81-82

Обед

110	Винегрет с морковью картофель в/к, морковь в/к, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-2, Жиры-11, Углеводы-9, Калорийность-142	
250	Рассольник ленинградский картофель в/к, морковь в/к, капуста в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-21, Калорийность-133	
120	Шницель домашний с соусом фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, яйцо куриное с2, сахар-песок	Белки-10, Жиры-10, Углеводы-21, Калорийность-202	
220	Картофельное пюре картофель в/к, масло 2,5%, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-6, Жиры-11, Углеводы-32, Калорийность-234	
200	Компот из сушеных фруктов смесь сушеных фруктов, вода, лимонная кислота	Углеводы-28, Калорийность-113	
47,3	Хлеб ржаной-пшеничный	Белки-4, Углеводы-23, Калорийность-92	
50	Хлеб ржаной-пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-91	
Полдник			
8	Сушки	Белки-1, Углеводы-6, Калорийность-27	
200	Напиток из шиповника сахар-песок, напиток витаминизированный "шиповник"	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-97	
1 205,3	Итого за 2-я смена	Белки-32, Жиры-35, Углеводы-166, Калорийность-1 080	113-39

Бухгалтер-калькулятор

Генеральный директор

Д.А. Затонский

Составлено
Директор