

Меню СОШ (7-11, 1 см) буф школа

| 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 пшени, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-10, Жиры-13, Углеводы-30, Калорийность-273 | 24-44 |
| 200 | Яблоко | Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94 | 30-94 |
| 200 | Какао с молоком.. <i>молоко 2,5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i> | Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-145 | 16-18 |
| 21,9 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-52 | 1-95 |
| 626,9 | Итого за Завтрак | Белки-16, Жиры-16, Углеводы-83, Калорийность-563 | 73-51 |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в к, морковь в к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i> | Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, Калорийность-63 | 13-78 |
| 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, лаптовый лист</i> | Белки-1, Жиры-3, Углеводы-12, Калорийность-77 | 12-49 |
| 100 | Котлета мясная из п/ф с соусом | Белки-10, Жиры-14, Углеводы-7, Калорийность-194 | 60-63 |
| 150 | Гороховое пюре <i>котлеты пикник 100гр (пф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-6, Жиры-3, Углеводы-32, Калорийность-187 | 12-00 |
| 200 | Компот из сушеных фруктов <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i> | Углеводы-16, Калорийность-67 | 5-96 |
| 50 | Хлеб пшеничный. | Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118 | 4-01 |
| 50,5 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-92 | 3-34 |
| 833,5 | Итого за Обед | Белки-24, Жиры-25, Углеводы-109, Калорийность-754 | 112-21 |
| 833,5 | Итого за день | Белки-30, Жиры-28, Углеводы-177, Калорийность-1 068 | 185-72 |

Бухгалтер-
калькулятор

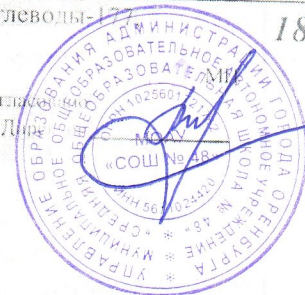
[Подпись]

Головина М.И.

Генеральный
директор

[Подпись] Д.А. Затонский

Согласно
Дир.



Меню СОШ (7-11, 2 см) буф школа

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|----------------|---|---|-------------------|
| Обед | | | |
| 60 | Салат из моркови с сахаром <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, Калорийность-63 | 8-96 |
| 223 | Суп картофельный с клецками <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с/2, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист</i> | Белки-1, Жиры-3, Углеводы-12, Калорийность-77 | 12-49 |
| 100 | Котлета мясная из п/ф с соусом <i>котлеты мясные 100,г (тф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-10, Жиры-14, Углеводы-7, Калорийность-194 | 60-63 |
| 150 | Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-6, Жиры-3, Углеводы-32, Калорийность-187 | 10-59 |
| 180 | Компот из сушеных фруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i> | Углеводы-16, Калорийность-67 | 5-96 |
| 30 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71 | 3-56 |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54 | 2-89 |
| 773 | Итого за Обед | Белки-24, Жиры-25, Углеводы-109, Калорийность-754 | 105-08 |
| Полдник | | | |
| 100 | Шарлотка с яблоками <i>яблоко, яйцо куриное с/2, сахар-песок, мука пшеничная в/с, ванилин, сода пищевая</i> | Белки-6, Жиры-3, Углеводы-48, Калорийность-248 | 30-58 |
| 200 | Напиток вишнево-смородиновый <i>сахар-песок, вишня в/м, смородина черная с/м</i> | Углеводы-16, Калорийность-66 | 13-04 |
| 300 | Итого за Полдник | Белки-6, Жиры-3, Углеводы-64, Калорийность-314 | 43-62 |
| 300 | Итого за день | Белки-30, Жиры-28, Углеводы-177, Калорийность-1 068 | 148-70 |

Бухгалтер-калькулятор

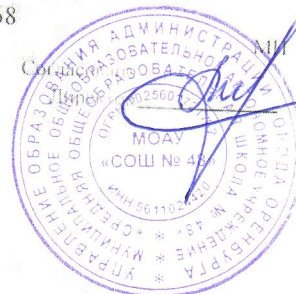
[Подпись]

Головина М.И.

Генеральный директор

[Подпись]

Д.А. Затонский



Меню СОШ 12-18 буф шк

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|----------------|--|--|----------------------|
| Завтрак | | | |
| 250 | Каша молочная пшениная с маслом <i>молоко 2,5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-11, Жиры-9, Углеводы-68, Калорийность-400 | 24-88 |
| 58 | Печенье Овсяное | Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141 | 10-09 |
| 200 | Яблоко | Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94 | 30-94 |
| 200 | Какао с молоком <i>молоко 2,5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i> | Белки-4, Жиры-3, Углеводы-28, Калорийность-145 | 16-18 |
| 50 | Хлеб пшеничный. | Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118 | 4-45 |
| 758 | Итого за Завтрак | Белки-23, Жиры-17, Углеводы-163, Калорийность-896 | 86-54 |
| Обед | | | |
| 100 | Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в.к., морковь в.к., масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i> | Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-138 | 17-23 |
| 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-2, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-106 | 14-00 |
| 100 | Котлета мясная из п/ф с соусом <i>котлеты-фришки 100г (пф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в.с., сахар-песок</i> | Жиры-3, Углеводы-1, Калорийность-30 | 67-37 |
| 180 | Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321 | 12-71 |
| 180 | Компот из сушеных фруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i> | Углеводы-25, Калорийность-102 | 5-36 |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54 | 2-23 |
| 840 | Итого за Обед | Белки-27, Жиры-22, Углеводы-111, Калорийность-750 | 118-90 |
| Полдник | | | |
| 100 | Шарлотка с яблоками <i>яблоко, яйцо куриное с2, сахар-песок, мука пшеничная в.с., ванилин, сода пищевая</i> | Белки-6, Жиры-3, Углеводы-48, Калорийность-248 | 30-58 |
| 200 | Напиток вишнево-смородиновый <i>сахар-песок, вишня с м, смородина черная с м</i> | Углеводы-16, Калорийность-66 | 13-04 |
| 50 | Фруктовая нарезка (апельс) | Калорийность-15 | 17-78 |
| 350 | Итого за Полдник | Белки-6, Жиры-3, Углеводы-64, Калорийность-329 | 61-40 |
| 350 | Итого за день | Белки-56, Жиры-42, Углеводы-327, Калорийность-1976 | 266-84 |

Бухгалтер-
калькулятор

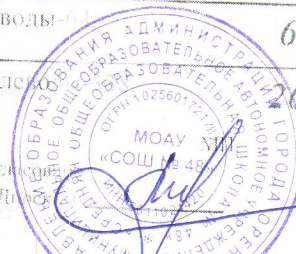
Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Соединитель

Директор



Меню СОШ ОВЗ буф.тик

| 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-10, Жиры-13, Углеводы-30, Калорийность-273 | |
| 200 | Яблоко | Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94 | |
| 200 | Какао с молоком. <i>молоко 2,5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i> | Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-145 | |
| 21,9 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-52 | |
| 51 | Печенье сахарное | Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213 | |
| 200 | Чай б/с | | |
| 877,9 | Итого за Завтрак | Белки-20, Жиры-21, Углеводы-121, Калорийность-776 | 81-82 |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из моркови с сахаром <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, Калорийность-63 | |
| 223 | Суп картофельный с клецками <i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с/д, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист</i> | Белки-1, Жиры-3, Углеводы-12, Калорийность-77 | |
| 100 | Котлета мясная из п/ф с соусом <i>котлеты мясные 100г (пф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-10, Жиры-14, Углеводы-7, Калорийность-194 | |
| 150 | Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-6, Жиры-3, Углеводы-32, Калорийность-187 | |
| 180 | Компот из сушеных фруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i> | Углеводы-16, Калорийность-67 | |
| 30 | Хлеб пшеничный. | Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71 | |
| 30 | Хлеб ржано- пшеничный. | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51 | |
| 51 | Печенье сахарное | Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213 | |
| 200 | Чай б/с | | |
| 1 024 | Итого за Обед | Белки-28, Жиры-30, Углеводы-147, Калорийность-967 | 113-39 |
| 1 024 | Итого за день | Белки-48, Жиры-51, Углеводы-268, Калорийность-1 743 | |

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.Н.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласен
директор