

24.05.2025 1сб

Меню СОШ (7-11, 2 см) буф шк

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
70	Салат из моркови морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-14, Калорийность-112	12-59
200	Суп крестьянский с крупой капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-17, Калорийность-107	11-86
230	Каша гречневая с отварной курицей филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная	Белки-14, Жиры-14, Углеводы-26, Калорийность-329	62-34
200	Напиток лимонный лимон, сахар-песок	Углеводы-16, Калорийность-63	13-22
23,59	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-56	2-10
40	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-14, Калорийность-72	2-97
763,59	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-26, Углеводы-101, Калорийность-740	105-08
Полдник			
50	Рогалик со сгущенным молоком мука пшеничная в/с, молоко сгущенное варёное, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-30, Калорийность-175	9-89
180	Варенец	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-7, Калорийность-90	30-49
100	Фруктовая нарезка (яблоко)	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-33, Углеводы-149, Калорийность-1052	161-30

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

24.05.2025 1сб

Меню СОШ 12-18 буф школа

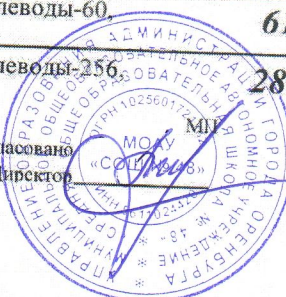
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
220	Каша гречневая с отварной курицей филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная	Белки-14, Жиры-17, Углеводы-25, Калорийность-324	59-63
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	31-68
180	Чай фруктовый (яблоко) сахар-песок, яблоко, чай черный лист	Углеводы-14, Калорийность-56	3-68
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-67
630	Итого за Завтрак	Белки-17, Жиры-17, Углеводы-77, Калорийность-544	97-66
Обед			
100	Салат из моркови морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное	Белки-3, Жиры-8, Углеводы-20, Калорийность-160	17-98
250	Суп крестьянский с крупой капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-25, Калорийность-134	14-83
100	Печень по-строгановски печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная	Белки-13, Жиры-11, Углеводы-4, Калорийность-202	42-33
180	Капуста тушеная капуста в/к, лук в/к, морковь в/к, томат-паста, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, соль йодированная	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-157	37-34
180	Напиток лимонный лимон, сахар-песок	Углеводы-23, Калорийность-57	11-90
24	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-56	2-14
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-54	2-23
864	Итого за Обед	Белки-29, Жиры-32, Углеводы-119, Калорийность-820	128-75
Полдник			
75	Рогалик со сгущенным молоком мука пшеничная в/с, молоко сгущенное варёное, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41, Калорийность-262	14-84
180	Варенец	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-7, Калорийность-90	30-49
100	Фруктовая 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-58, Жиры-59, Углеводы-256, Калорийность-1763	287-58

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

И.А. Затонский

Согласовано
Директор

24.05.2025 1сб

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

215	Каша гречневая с отварной курицей <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-13, Углеводы-24, Калорийность-308	
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	
200	Чай фруктовый (яблоко) <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-62	
53,11	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-17, Калорийность-99	

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	

738,21

Итого за 1-я сменаБелки-20, Жиры-17, Углеводы-108,
Калорийность-691

81-82

Обед

70	Салат из моркови <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-14, Калорийность-112	
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-4, Жиры-5, Углеводы-20, Калорийность-107	
230	Каша гречневая с отварной курицей <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-14, Углеводы-26, Калорийность-329	
190	Напиток лимонный <i>лимон, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
25,5	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	
40	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-14, Калорийность-72	

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	

991,6

Итого за 2-я сменаБелки-25, Жиры-26, Углеводы-127,
Калорийность-848

113-39

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор