

Меню СОШ (7-11, 1 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
205	Каша молочная пшениная с маслом молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-23, Калорийность-283	24-55
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	31-68
180	Какао с молоком молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-136	14-71
28,86	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-68	2-57
613,86	Итого за Завтрак	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-82, Калорийность-580	73-51
<u>Обед</u>			
80	Салат из свеклы свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-61	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	Бифштекс по домашнему с соусом томатным фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок	Белки-5, Жиры-14, Углеводы-9, Калорийность-161	53-62
180	Гороховое пюре крупа горох, масло сливочное, соль йодированная	Белки-12, Жиры-5, Углеводы-39, Калорийность-242	12-66
200	Компот из сушеных фруктов смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная	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
853,23	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-25, Углеводы-112, Калорийность-773	103-18
853,23	Итого за день	Белки-40, Жиры-40, Углеводы-194, Калорийность-1 354	176-69
Бухгалтер- калькулятор	Головина М.И.	Генеральный директор	Д.А. Затонский Согласовано Директор
			МП

Меню СОШ (7-11, 2 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Обед</u>			
80	Салат из свеклы <i>свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-61	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	Бифитекс по домашнему с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-5, Жиры-14, Углеводы-9, Калорийность-161	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
43,92	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-14, Калорийность-103	3-91
50	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-91	3-71
876,92	Итого за Обед	Белки-26, Жиры-25, Углеводы-118, Калорийность-822	105-08
<u>Полдник</u>			
50	Шарлотка с яблоками <i>яблоко, яйцо куриное с2, сахар-песок, мука пшеничная в/с, ванилин, сода пищевая</i>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-24, Калорийность-145	15-50
180	Напиток вишнево - смородиновый <i>сахар-песок, вишня с/м, смородина черная с/м</i>	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-34, Жиры-33, Углеводы-156, Калорийность-1 056	156-10

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
260	Каша молочная пшениная с маслом молоко 2.5%, крупа пшено, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная	Белки-10, Жиры-15, Углеводы-24, Калорийность-345	36-54
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	31-68
200	Какао с молоком молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-22, Калорийность-122	16-34
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	4-45
710	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-19, Углеводы-93, Калорийность-678	89-01
Обед			
100	Салат из свеклы свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-106	14-82
250	Суп картофельный с клецками картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16, Калорийность-113	14-98
100	Бифштекс по домашнему с соусом фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок	Белки-5, Жиры-14, Углеводы-9, Калорийность-161	53-62
180	Гороховое пюре крупа горох, масло сливочное, соль йодированная	Белки-12, Жиры-5, Углеводы-39, Калорийность-242	12-66
200	Компот из сушеных фруктов смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-28, Калорийность-113	5-96
33,09	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-16, Калорийность-82	2-94
863,09	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-28, Углеводы-117, Калорийность-817	104-98
Полдник			
75	Шарлотка с яблоками яблоко, яйцо куриное с2, сахар-песок, мука пшеничная в/с, ванилин, сода пищевая	Белки-11, Жиры-12, Углеводы-36, Калорийность-217	23-25
180	Напиток вишнево-смородиновый сахар-песок, вишня с/м, смородина черная с/м	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-58, Жиры-59, Углеводы-260, Калорийность-1 802	262-85

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

28.04.2025 2nn

Меню СОШ ОВЗ (7-11)

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

Завтрак

205	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-12, Углеводы-23, Калорийность-283	
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
180	Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-136	
24,83	Хлеб пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-59	

Завтрак2

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

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

80	Салат из свеклы <i>свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-61	
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	
100	Бифштекс по домашнему с соусом томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-5, Жиры-14, Углеводы-9, Калорийность-161	
180	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-5, Углеводы-39, Калорийность-242	
200	Компот из сушеных фруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	
39,87	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-12, Калорийность-94	
50	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-91	

Полдник

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

1 086,87**Итого за 2-я смена**Белки-28, Жиры-28, Углеводы-148,
Калорийность-981**113-39**Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ ОВЗ 12-18

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

Завтрак

235	Каша молочная пшениная с маслом молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная	Белки-10, Жиры-15, Углеводы-44, Калорийность-376	
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71	
200	Какао с молоком молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-145	
59,32	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-29, Калорийность-139	

Завтрак2

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

945,32	Итого за 1-я смена	Белки-23, Жиры-24, Углеводы-166, Калорийность-996	81-82
---------------	---------------------------	---	--------------

Обед

100	Салат из свеклы свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10, Калорийность-102	
250	Суп картофельный с клецками картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-106	
100	Бифштекс по домашнему с соусом томатным фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок	Белки-10, Жиры-12, Углеводы-8, Калорийность-182	
180	Гороховое пюре крупа горох, масло сливочное, соль йодированная	Белки-21, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-321	
180	Компот из сушеных фруктов смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-25, Калорийность-102	
44,2	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-80	

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	

1 068,2	Итого за 2-я смена	Белки-40, Жиры-31, Углеводы-155, Калорийность-1 061	113-39
----------------	---------------------------	---	---------------

Бухгалтер-калькулятор

Головина М.И.

Генеральный директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ (7-11, 1 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
120	Котлета рыбная из минтая с соусом <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-10, Калорийность-174	41-49
160	Рис "Светофор" с морковью, кукурузой и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, кукуруза консервированная, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, перец чёрный молотый</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-22, Калорийность-194	20-22
17	Вафли	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88	6-12
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-24
38,64	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-72	3-44
535,64	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-19, Углеводы-77, Калорийность-587	73-51
Обед			
60	Салат "Степной" из разных овощей <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-82	11-62
200	Щи из свежей капусты с картофелем <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-8, Калорийность-74	15-37
90	Шницель припущенный из птицы с соусом сливочно-томатным <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная, молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок</i>	Белки-11, Жиры-13, Углеводы-13, Калорийность-203	56-42
150	Макароны отварные с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-35, Калорийность-211	9-04
180	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-13, Калорийность-55	10-06
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-67
28	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	2-08
738	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-27, Углеводы-101, Калорийность-745	107-26
738	Итого за день	Белки-43, Жиры-47, Углеводы-177, Калорийность-1 332	180-77

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ (7-11, 2 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
60	Салат "Степной" из разных овощей <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13, Калорийность-82	11-62
200	Щи из свежей капусты с картофелем <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-74	15-37
120	Котлета рыбная из минтая с соусом <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-10, Калорийность-174	41-49
170	Рис "Светофор" с морковью, кукурузой и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, кукуруза консервированная, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная, перец чёрный молотый</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-25, Калорийность-206	21-49
190	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-14, Калорийность-58	10-62
25,39	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-26
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-54	2-23
795,39	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-25, Углеводы-101, Калорийность-706	105-08
Полдник			
50	Сочни с творогом. <i>яйцо куриное с2, творог, мука пшеничная в/с, маргарин, сметана 15%, сахар-песок, сода пищевая, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-10, Углеводы-13, Калорийность-166	19-72
180	Напиток из варенья <i>варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-22, Калорийность-89	8-23
70	Фруктовая нарезка (банан)	Углеводы-11, Калорийность-47	20-58
300	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-10, Углеводы-46, Калорийность-301	48-53
300	Итого за день	Белки-31, Жиры-35, Углеводы-147, Калорийность-1 007	153-61
Бухгалтер-калькулятор	Головина М.И.	Генеральный директор	Д.А. Затонский
		Согласовано	МП
		Директор	

Меню СОШ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
120	Котлета рыбная из минтая с соусом <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-10, Калорийность-174	41-49
220	Рис "Светофор" с морковью, кукурузой и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, кукуруза консервированная, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, перец чёрный молотый</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-32, Калорийность-247	27-81
17	Вафли	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88	6-12
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-24
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-115	4-45
607	Итого за Завтрак	Белки-21, Жиры-21, Углеводы-92, Калорийность-683	82-11
Обед			
100	Салат "Степной" из разных овощей <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-9, Углеводы-22, Калорийность-137	19-36
250	Щи из свежей капусты с картофелем <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18, Калорийность-92	19-21
100	Шницель припущенный из птицы с соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная, молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-14, Углеводы-14, Калорийность-225	63-96
180	Макароны отварные с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-6, Углеводы-42, Калорийность-243	10-85
180	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-13, Калорийность-55	10-06
30	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-67
28	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	2-08
868	Итого за Обед	Белки-31, Жиры-34, Углеводы-135, Калорийность-873	128-19
Полдник			
75	Сочни с творогом <i>яйцо куриное с2, творог, мука пшеничная в/с, маргарин, сметана 15%, сахар-песок, сода пищевая, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-15, Углеводы-19, Калорийность-249	29-58
180	Напиток из варенья <i>варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-22, Калорийность-89	8-23
100	Фруктовая нарезка (банан)	Углеводы-11, Калорийность-47	29-40
355	Итого за Полдник	Белки-11, Жиры-15, Углеводы-52, Калорийность-384	67-21
355	Итого за день	Белки-62, Жиры-70, Углеводы-279, Калорийность-1 940	277-51

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ ОВЗ (7-11)

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

Завтрак

120	Котлета рыбная из минтая с соусом <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-10, Калорийность-174	
200	Рис "Светофор" с морковью, кукурузой и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, кукуруза консервированная, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29, Калорийность-242	
17	Вафли	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
37,73	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-70	

Завтрак2

36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
205	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	

815,83	Итого за 1-я смена	Белки-20, Жиры-21, Углеводы-109, Калорийность-699	81-82
--------	---------------------------	---	-------

Обед

80	Салат "Степной" из разных овощей <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-18, Калорийность-110	
200	Щи из свежей капусты с картофелем <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-74	
120	Котлета рыбная из минтая с соусом <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-10, Калорийность-174	
200	Рис "Светофор" с морковью, кукурузой и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, кукуруза консервированная, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29, Калорийность-242	
190	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-14, Калорийность-58	
40	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-93	
28,65	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-52	

Полдник

36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
205	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	

1 099,75	Итого за 2-я смена	Белки-27, Жиры-29, Углеводы-142, Калорийность-909	113-39
----------	---------------------------	---	--------

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ ОВЗ 12-18

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

Завтрак

120	Котлета рыбная из минтая с соусом <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-10, Калорийность-174	
200	Рис "Светофор" с морковью, кукурузой и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, кукуруза консервированная, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-47, Калорийность-255	
17	Вафли	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
38,85	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-92	

Завтрак2

36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-59	

811,95	Итого за 1-я смена	Белки-22, Жиры-19, Углеводы-128, Калорийность-775	81-82
---------------	---------------------------	--	--------------

Обед

100	Салат "Степной" из разных овощей <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-137	
250	Щи из свежей капусты с картофелем <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10, Калорийность-92	
100	Котлета рыбная из минтая с соусом томатным <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с</i>	Белки-11, Жиры-8, Углеводы-7, Калорийность-150	
180	Рис "Светофор" с морковью, кукурузой и горошком <i>крупа рисовая, морковь в/к, кукуруза консервированная, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-42, Калорийность-230	
180	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-13, Калорийность-55	
32,3	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-58	

Полдник

36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-59	

1 078,4	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-28, Углеводы-117, Калорийность-827	113-39
----------------	---------------------------	--	---------------

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ (7-11, 1 см)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
90	Гуляш из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сметана 15%, томат-паста, соль йодированная	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2, Калорийность-136	55-57
170	Каша гречневая с овощами крупа гречневая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-5, Жиры-8, Углеводы-38, Калорийность-209	7-96
17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71	2-96
200	Чай фруктовый сахар-песок, яблоко, чай черный лист	Углеводы-7, Калорийность-30	2-98
40,48	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	4-04
517,48	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-16, Углеводы-80, Калорийность-540	73-51
<u>Обед</u>			
60	Салат из моркови морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12, Калорийность-96	10-13
200	Суп с вермишелью картофель в/к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21, Калорийность-99	14-39
90	Печень по-строгановски печень говяжья, сметана 15%, лук в/к, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная	Белки-12, Жиры-10, Углеводы-3, Калорийность-167	52-31
160	Картофель запеченный картофель в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29, Калорийность-174	34-26
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-32
39,7	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-56
30	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-23
779,7	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-26, Углеводы-116, Калорийность-769	127-20
779,7	Итого за день	Белки-47, Жиры-42, Углеводы-196, Калорийность-1 310	200-71

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

30.04.2025 2ср

Меню СОШ (7-11, 2 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
60	Салат из моркови <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12, Калорийность-96	10-79
200	Суп с вермишелью <i>картофель в/к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21, Калорийность-99	15-59
90	Гуляш из филе кур <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сметана 15%, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2, Калорийность-136	55-74
150	Каша гречневая с овощами <i>крупа гречневая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-7, Углеводы-33, Калорийность-185	7-20
180	Сок фруктовый	Белки-0,9, Углеводы-18, Калорийность-76	9-29
37,31	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-87	3-35
42,47	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-76	3-12
759,78	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-24, Углеводы-117, Калорийность-755	105-08
Полдник			
50	Ватрушка с творогом <i>мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, дрожжи сухие, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-21, Калорийность-164	13-99
180	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	9-29
70	Фруктовая нарезка (апельс)	Калорийность-31	23-54
300	Итого за Полдник	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-39, Калорийность-271	46-82
300	Итого за день	Белки-32, Жиры-31, Углеводы-157, Калорийность-1026	151-90

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

30.04.2025 2ср

Меню СОШ 12-18

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

Завтрак

110	Гуляш из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, морковь в/к, сметана 15%, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с	Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3, Калорийность-166	78-69
200	Каша гречневая с овощами крупка гречневая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-6, Жиры-9, Углеводы-44, Калорийность-246	9-60
17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71	2-96
200	Чай фруктовый сахар-песок, яблоко, чай черный лист	Углеводы-7, Калорийность-30	3-05
40,48	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-56
567,48	Итого за Завтрак	Белки-22, Жиры-19, Углеводы-87, Калорийность-608	97-86

Обед

100	Салат из моркови морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное	Белки-3, Жиры-8, Углеводы-20, Калорийность-160	17-98
250	Суп с вермишелью картофель в/к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-27, Калорийность-124	19-49
100	Печень по-строгановски печень говяжья, сметана 15%, лук в/к, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная	Белки-13, Жиры-11, Углеводы-4, Калорийность-202	54-54
180	Картофель запеченный картофель в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-196	41-83
180	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	9-29
39,7	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	3-56
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-23
879,7	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-32, Углеводы-131, Калорийность-906	148-92

Полдник

70	Ватрушка с творогом мука пшеничная в/с, творог, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, дрожжи сухие, соль йодированная	Белки-10, Жиры-11, Углеводы-29, Калорийность-230	19-58
180	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	9-29
100	Фруктовая нарезка (апельс)	Белки-1, Калорийность-31	33-63
350	Итого за Полдник	Белки-12, Жиры-11, Углеводы-48, Калорийность-337	62-50
350	Итого за день	Белки-62, Жиры-62, Углеводы-266, Калорийность-1 851	309-28

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ ОВЗ (7-11)

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

Завтрак

90	Гуляш из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сметана 15%, томат-паста, соль йодированная	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2, Калорийность-136	
170	Каша гречневая с овощами крупа гречневая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-5, Жиры-8, Углеводы-38, Калорийность-209	
17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71	
200	Чай фруктовый сахар-песок, яблоко, чай черный лист	Углеводы-7, Калорийность-30	
41,04	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-96	

Завтрак2

17	Вафли	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	

735,04**Итого за 1-я смена**Белки-21, Жиры-21, Углеводы-106,
Калорийность-690**81-82****Обед**

60	Салат из моркови морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12, Калорийность-96	
200	Суп с вермишелью картофель в/к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21, Калорийность-99	
90	Гуляш из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сметана 15%, томат-паста, соль йодированная	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2, Калорийность-136	
150	Каша гречневая с овощами крупа гречневая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-2, Жиры-7, Углеводы-33, Калорийность-185	
180	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	
37,87	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-88	
42,47	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-76	

Полдник

17	Вафли	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	

977,34**Итого за 2-я смена**Белки-25, Жиры-28, Углеводы-143,
Калорийность-904**113-39**Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

30.04.2025 2ср

Меню СОШ ОВЗ 12-18

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

Завтрак

110	Гуляш из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-5, Калорийность-204	
210	Каша гречневая с овощами крупа гречневая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-32, Калорийность-216	
17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71	
200	Чай фруктовый сахар-песок, яблоко, чай черный лист	Углеводы-7, Калорийность-30	
33,37	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-16, Калорийность-78	

Завтрак2

17	Вафли	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	
787,37	Итого за 1-я смена	Белки-24, Жиры-28, Углеводы-99, Калорийность-748	81-82

Обед

100	Салат из моркови морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-18, Калорийность-143	
250	Суп с вермишелью картофель в/к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-94	
100	Гуляш из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная	Белки-12, Жиры-13, Углеводы-5, Калорийность-186	
200	Каша гречневая с овощами крупа гречневая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-31, Калорийность-206	
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
35,61	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-65	

Полдник

17	Вафли	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	
1 102,61	Итого за 2-я смена	Белки-27, Жиры-36, Углеводы-123, Калорийность-927	113-39

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

01.05.2025 2чт

Меню СОШ (7-11, 1 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
90	Шницель домашний с соусом томатным 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	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-18, Калорийность-159	33-38
160	Картофельное пюре картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-28, Калорийность-193	32-68
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	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 картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-78	11-14
200	Рассольник ленинградский картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-127	17-49
110	Наггетсы куриные с соусом филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок	Белки-12, Жиры-8, Углеводы-11, Калорийность-181	65-99
150	Каша ячневая рассыпчатая с маслом крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-234	9-08
180	Компот из сушеных фруктов смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-25, Калорийность-102	5-36
35	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-17, Калорийность-82	3-12
35,13	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-63	2-60
770,13	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-24, Углеводы-120, Калорийность-827	114-78
770,13	Итого за день	Белки-44, Жиры-40, Углеводы-203, Калорийность-1377	188-29

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

01.05.2025 2чм

Обед

Полдник

Итого за день

MIT

Меню СОШ 12-18

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, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207	49-67
200	Картофельное пюре картофель в/к, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-29, Калорийность-160	40-85
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	31-68
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	2-24
33,93	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-80	3-03
733,93	Итого за Завтрак	Белки-17, Жиры-17, Углеводы-95, Калорийность-600	127-47

Обед

100	Винегрет овощной картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136	18-57
250	Рассольник ленинградский картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-3, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-125	21-86
110	Наггетсы куриные с соусом филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-181	65-99
180	Каша ячневая рассыпчатая с маслом крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-218	10-89
180	Компот из сушеных фруктов смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-25, Калорийность-102	5-36
35	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-82	3-12
35,13	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-63	2-60
890,13	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-29, Углеводы-136, Калорийность-907	128-39

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-6, 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-9, Углеводы-19, Калорийность-399	61-17
355	Итого за день	Белки-57, Жиры-55, Углеводы-249, Калорийность-1 906	317-03

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

01.05.2025 2чт

Меню СОШ ОВЗ (7-11)

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 растворимый "шиповник"

711,4 **Итого за 1-я смена** Белки-18, Жиры-18, Углеводы-111, Калорийность-673 **81-82**

Обед

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

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

200 **Рассольник ленинградский** Белки-25 Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-100

картофель в/к, огурцы солёные, 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

200 **Компот из сушеных фруктов** Углеводы-28, Калорийность-113

смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная

32,41 **Хлеб пшеничный** Белки-3, Углеводы-13, Калорийность-76

35,13 **Хлеб ржано- пшеничный** Белки-3, Углеводы-12, Калорийность-63

Полдник

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

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

сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"

972,54 **Итого за 2-я смена** Белки-26, Жиры-26, Углеводы-148, Калорийность-908 **113-39**

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

01.05.2025 2чт

Меню СОШ ОВЗ 12-18

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

Завтрак

100	Шницель домашний с соусом	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-9, Калорийность-134 фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, яйцо куриное с2, сахар-песок	
180	Картофельное пюре	Белки-3, Жиры-5, Калорийность-148 картофель в/к, молоко 2.5%, масло подсолнечное, соль йодированная	
180	Яблоко	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-84	
200	Чай с сахаром	Углеводы-15, Калорийность-60 сахар-песок, чай черный лист	
30,66	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-56	

Завтрак2

8	Сушки	Белки-1, Углеводы-6, Калорийность-27	
200	Напиток из шиповника	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-97 сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"	
898,66	Итого за 1-я смена	Белки-14, Жиры-14, Углеводы-83, Калорийность-606	81-82

Обед

110	Винегрет овощной	Белки-2, Жиры-11, Углеводы-11, Калорийность-149 картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	
250	Рассольник ленинградский	Белки-3, Жиры-7, Углеводы-17, Калорийность-125 картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная	
120	Шницель домашний с соусом	Белки-8, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-160 фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, яйцо куриное с2, сахар-песок	
220	Картофельное пюре	Белки-4, Жиры-6, Калорийность-181 картофель в/к, молоко 2.5%, масло подсолнечное, соль йодированная	
200	Компот из сушеных фруктов	Углеводы-28, Калорийность-113 смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная	
47,3	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-23, Калорийность-111	
50	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-91	

Полдник

8	Сушки	Белки-1, Углеводы-6, Калорийность-27	
200	Напиток из шиповника	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-97 сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"	
1 205,3	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-35, Углеводы-133, Калорийность-1 054	113-39

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ (7-11, 1 см)

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

Завтрак

210	Плов из свинины крупка рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, лавровый лист	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-19, Калорийность-264	57-31
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	10-79
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	2-24
35,61	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-85	3-17
503,61	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-19, Углеводы-75, Калорийность-549	73-51

Обед

80	Салат "Степной" из разных овощей картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-12, Калорийность-110	15-49
200	Суп гречневый с овощами картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, Калорийность-138	17-90
240	Паста с кур.филе, свежим помидором, сыром и слив. соусом спагетти, филе грудки куриное (нарезка кубик), сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, соль йодированная, мука пшеничная в/с	Белки-14, Жиры-12, Углеводы-33, Калорийность-312	78-59
200	Напиток из клубничного варенья варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-26, Калорийность-101	9-14
40,73	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-14, Калорийность-74	3-04
22,53	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-54	2-05
783,26	Итого за Обед	Белки-26, Жиры-25, Углеводы-120, Калорийность-789	126-21
783,26	Итого за день	Белки-44, Жиры-44, Углеводы-195, Калорийность-1337	199-72

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

02.05.2025 2шт

Меню СОШ (7-11, 2 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
60	Салат "Степной" из разных овощей <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-82	11-62
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-138	17-90
230	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, лавровый лист</i>	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-21, Калорийность-289	62-77
180	Напиток из клубничного варенья <i>варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-24, Калорийность-91	8-23
34,39	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-62	2-52
22,53	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-54	2-04
726,92	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-27, Углеводы-101, Калорийность-715	105-08
Полдник			
50	Плюшка Оренбургская <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, масло подсолнечное, дрожжи сухие, мак, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-28, Калорийность-191	13-08
180	Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22, Калорийность-130	14-71
70	Фруктовая нарезка (апельс)	Калорийность-31	23-54
300	Итого за Полдник	Белки-9, Жиры-9, Углеводы-50, Калорийность-352	51-33
300	Итого за день	Белки-33, Жиры-36, Углеводы-151, Калорийность-1 067	156-41

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
240	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, лавровый лист</i>	Белки-14, Жиры-17 Углеводы-22, Калорийность-301	65-50
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	10-79
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-24
52	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-26, Калорийность-122	4-63
550	Итого за Завтрак	Белки-21, Жиры-22, Углеводы-85, Калорийность-624	83-16
<u>Обед</u>			
100	Салат "Степной" из разных овощей <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-10, Углеводы-15, Калорийность-137	19-36
250	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29, Калорийность-175	22-38
240	Паста с кур.филе, свежим помидором, сыром и слив. соусом <i>спагетти, филе грудки куриное (нарезка кубик), сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-14, Жиры-12, Углеводы-33, Калорийность-312	78-59
200	Напиток из клубничного варенья <i>варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-26, Калорийность-101	9-14
50	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-91	3-71
840	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-28, Углеводы-121, Калорийность-815	133-18
<u>Полдник</u>			
75	Плюшка Оренбургская <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, масло подсолнечное, дрожжи сухие, мак, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-7, Жиры-9, Углеводы-42, Калорийность-286	19-61
180	Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22, Калорийность-130	14-71
100	Фруктовая нарезка (апельс)	Белки-1, Калорийность-31	33-63
355	Итого за Полдник	Белки-11, Жиры-12, Углеводы-64, Калорийность-447	67-95
355	Итого за день	Белки-59, Жиры-61, Углеводы-270, Калорийность-1887	284-29

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

02.05.2025 2шт

Меню СОШ ОВЗ (7-11)

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

Завтрак210 **Плов из свинины**крупя рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, лавровый лист
Белки-12, Жиры-15, Углеводы-19, Калорийность-26458 **Печенье Овсяное**

Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141

200 **Чай с сахаром**сахар-песок, чай черный лист
Углеводы-15, Калорийность-6049,65 **Хлеб пшеничный**

Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118

Завтрак217 **Вафли**

Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88

200 **Чай б/с****734,65****Итого за 1-я смена**Белки-20, Жиры-32, Углеводы-121,
Калорийность-872**81-82****Обед**70 **Салат "Степной" из разных
овощей**картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная
Белки-3, Жиры-7, Углеводы-11, Калорийность-96200 **Суп гречневый с овощами**

Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-138

картофель в/к, крупя гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, зелень

230 **Плов из свинины**

Белки-13, Жиры-16, Углеводы-21, Калорийность-289

крупя рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, лавровый лист

200 **Напиток из клубничного
варенья**

Углеводы-26, Калорийность-101

варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, кислота лимонная

34,39 **Хлеб ржано- пшеничный**

Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-62

38,82 **Хлеб пшеничный**

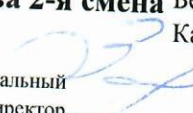
Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-93

Полдник17 **Вафли**

Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88

200 **Чай б/с****990,21****Итого за 2-я смена**Белки-27, Жиры-42, Углеводы-140,
Калорийность-1 041**113-39**Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ ОВЗ 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
235	Плов из свинины крупя рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист	Белки-16, Жиры-25, Углеводы-54, Калорийность-518	
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай чёрный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	
57,83	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Калорийность-105	
<u>Завтрак2</u>			
17	Вафли	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88	
200	Чай б/с		
767,83	Итого за 1-я смена	Белки-24, Жиры-35, Углеводы-123, Калорийность-911	81-82
<u>Обед</u>			
100	Салат "Степной" из разных овощей картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-137	
250	Суп гречневый с овощами картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17, Калорийность-105	
200	Плов из свинины крупя рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист	Белки-13, Жиры-22, Углеводы-46, Калорийность-441	
200	Напиток из клубничного варенья варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-26, Калорийность-101	
50,3	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-91	
<u>Полдник</u>			
17	Вафли	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88	
200	Чай б/с		
1 017,3	Итого за 2-я смена	Белки-24, Жиры-39, Углеводы-125, Калорийность-963	113-39
Бухгалтер- калькулятор	Головина М.И.	Генеральный директор	Д.А. Затонский Согласовано Директор
			МП

Меню СОШ (7-11, 2 см)

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

Обед

60	Салат Здоровье (без зачепок) морковь в/к, свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-89	9-23
200	Суп картофельный с фасолью картофель в/к, фасоль, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, лавровый лист	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-92	18-51
90	Гуляш из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сметана 15%, томат-паста, соль йодированная	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2, Калорийность-136	55-74
170	Каша гречневая крупка гречневая, масло сливочное, соль йодированная	Белки-7, Жиры-9, Углеводы-31, Калорийность-264	9-49
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного кисель плодово-ягодный, сахар-песок	Углеводы-31, Калорийность-124	7-24
29,66	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-64	2-64
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-23
779,66	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-24, Углеводы-116, Калорийность-823	105-08

Полдник

50	Сочни с творогом яйцо куриное с2, творог, мука пшеничная в/с, маргарин, сметана 15%, сахар-песок, сода пищевая, соль йодированная	Белки-7, Жиры-10, Углеводы-13, Калорийность-166	19-72
192,08	Напиток из варенья варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-22, Калорийность-87	8-77
70	Фруктовая нарезка (яблоко)	Углеводы-11, Калорийность-47	11-09
312,08	Итого за Полдник	Белки-7, Жиры-10, Углеводы-46, Калорийность-301	39-58
312,08	Итого за день	Белки-34, Жиры-34, Углеводы-162, Калорийность-1124	144-66

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ 12-18

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

Завтрак

110	Гуляш из филе кур <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в/к, морковь в/к, сметана 15%, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-12, Жиры-13, Углеводы-5, Калорийность-184	78-69
200	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-11, Углеводы-36, Калорийность-312	11-16
205	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-03
53,99	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-27, Калорийность-127	4-81
568,99	Итого за Завтрак	Белки-24, Жиры-24, Углеводы-83, Калорийность-683	98-69

Обед

100	Салат Здоровье (без горошка) <i>морковь в/к, свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-12, Калорийность-148	15-38
250	Суп картофельный с фасолью <i>картофель в/к, фасоль, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-115	23-14
120	Тефтели из свинины <i>фарш свиной (полуфабрикат), лук в/к, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, крупа рисовая, томат-паста, масло сливочное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-13, Жиры-15, Углеводы-12, Калорийность-247	52-16
180	Капуста тушеная <i>капуста в/к, лук в/к, морковь в/к, томат-паста, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21, Калорийность-107	37-34
180	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-28, Калорийность-112	6-52
25	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-23
35,77	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-65	2-67
890,77	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-34, Углеводы-121, Калорийность-852	139-44

Полдник

75	Сочни с творогом <i>яйцо куриное с2, творог, мука пшеничная в/с, маргарин, сметана 15%, сахар-песок, сода пищевая, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-15, Углеводы-19, Калорийность-249	29-58
180	Напиток из варенья <i>варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-25, Калорийность-98	8-23
100	Фруктовая нарезка (яблоко)	Углеводы-11, Калорийность-47	15-84
355	Итого за Полдник	Белки-11, Жиры-15, Углеводы-55, Калорийность-394	53-65
355	Итого за день	Белки-62, Жиры-73, Углеводы-258, Калорийность-1 929	291-78

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

03.05.2025 2сб

Меню СОШ ОВЗ (7-11)

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

Завтрак

90	Гуляш из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сметана 15%, томат-паста, соль йодированная	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2, Калорийность-136	
170	Каша гречневая крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	Белки-7, Жиры-9, Углеводы-31, Калорийность-265	
205	Чай с лимоном сахар-песок, лимон, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-61	
37,83	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-89	

Завтрак2

12	Сушки	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41	
193	Напиток из шиповника сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"	Белки-1, Углеводы-22, Калорийность-94	

707,83**Итого за 1-я смена** Белки-21, Жиры-17, Углеводы-98,
Калорийность-685**81-82****Обед**

60	Салат Здоровье (без) морковь в/к, свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-89	
200	Суп картофельный с картофель в/к, фасоль, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, лавровый лист	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-92	
90	Гуляш из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сметана 15%, томат-паста, соль йодированная	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2, Калорийность-136	
160	Каша гречневая крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	Белки-6, Жиры-9, Углеводы-29, Калорийность-249	
190	Кисель из к/ц плодового или ягодного кисель плодово-ягодный, сахар-песок	Углеводы-29, Калорийность-118	
30,11	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-65	
30	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	

Полдник

12	Сушки	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41	
193	Напиток из шиповника сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"	Белки-1, Углеводы-22, Калорийность-94	

965,11**Итого за 2-я смена** Белки-28, Жиры-24, Углеводы-143,
Калорийность-937**113-39**Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню СОШ ОВЗ 12-18

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

Завтрак

110	Гуляш из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-5, Калорийность-204	
200	Каша гречневая крупа гречневая, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-8, Жиры-12, Калорийность-291	
205	Чай с лимоном сахар-песок, лимон, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-61	
61,99	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-21, Калорийность-112	

Завтрак2

20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Напиток из шиповника сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-97	

796,99

Итого за 1-я смена

Белки-29, Жиры-28, Углеводы-78,
Калорийность-834

81-82

Обед

100	Салат Здоровье (без морковь в/к, свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-97	
250	Суп картофельный с фасолью картофель в/к, фасоль, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, лавровый лист	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-13, Калорийность-109	
110	Гуляш из филе кур филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-5, Калорийность-204	
200	Каша гречневая крупа гречневая, масло подсолнечное, соль йодированная	Белки-8, Жиры-12, Калорийность-291	
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного кисель плодово-ягодный, сахар-песок	Углеводы-31, Калорийность-124	
31,12	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	
35,77	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-65	

Полдник

20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Напиток из шиповника сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-97	

1 146,89

Итого за 2-я смена

Белки-33, Жиры-40, Углеводы-122,
Калорийность-1 128

113-39

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП