

## Школа 7-11 (1 смена)

09.01.2024 (2вт)

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

Завтрак

100	<b>Шницель домашний( с соусом)</b> <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-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207	41-18
210	<b>Макаронны отварные</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-62, Калорийность-342	13-36
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	3-54
57	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27, Калорийность-121	4-60
622	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-26, Жиры-22, Углеводы-149, Калорийность-886	68-98

Обед

70	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-96	8-56
200	<b>Рассольник ленинградский</b> <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-91	13-87
130	<b>Печень по-строгановски</b> <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-12, Углеводы-8, Калорийность-203	49-47
180	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-236	13-26
200	<b>Компот из апельсинов</b> <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-31
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
840	<b>Итого за Обед</b>	Белки-30, Жиры-29, Углеводы-110, Калорийность-835	105-91
840	<b>Итого за день</b>	Белки-56, Жиры-52, Углеводы-260, Калорийность-1721	174-89

Бухгалтер-калькулятор



Мальшева Н.М.

Генеральный директор



Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

Акционерное общество  
"Комбинат Школьного Питания "ОГОНЕК"  
№2  
ИИН 5011077285

# Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
55	<b>Митболы</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-4, Калорийность-100	32-02
150/5	<b>Картофель отварной</b> <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	21-25
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
55	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26, Калорийность-117	4-46
523	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-19, Жиры-14, Углеводы-95, Калорийность-573	68-98
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из моркови "Покорейски"</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-49	6-60
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77	12-86
10	<b>Сметана к I блюдам</b>	Жиры-2, Калорийность-16	4-71
240	<b>Плов из говядины</b> <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (сулжи), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-26, Жиры-6, Углеводы-47, Калорийность-347	70-92
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	1-62
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	1-35
750	<b>Итого за Обед</b>	Белки-32, Жиры-14, Углеводы-105, Калорийность-673	108-14
750	<b>Итого за день</b>	Белки-51, Жиры-29, Углеводы-200, Калорийность-1 246	177-12

Бухгалтер-калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный директор

Зитонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

Акционерное общество

"Комбинат школьного питания "Огонёк"

№2

**Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	ИНН 5811077285 Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------	----------------------------

**Завтрак**

100	<b>Комлета домашняя</b> <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-9, Жиры-14, Углеводы-10, Калорийность-204	42-15
190	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-13, Углеводы-47, Калорийность-330	22-32
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-50
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	2-01
515	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-17, Жиры-28, Углеводы-77, Калорийность-618	68-98

**Обед**

80	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-109	10-54
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	10-80
20	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	3-03
110	<b>Гуляш из свинины</b> <i>свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-16, Жиры-11, Углеводы-4, Калорийность-198	64-22
180	<b>Макароны отварные</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-53, Калорийность-293	11-45
200	<b>Напиток из шиповника</b> <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133	3-79
24	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-51	1-94
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-60	1-68
839	<b>Итого за Обед</b>	Белки-37, Жиры-27, Углеводы-146, Калорийность-984	107-45
839	<b>Итого за день</b>	Белки-53, Жиры-55, Углеводы-222, Калорийность-1602	176-43

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

Акционерное общество

"Комбинат школьного питания"

№2

**Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	ИНН 5611077285 Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------	----------------------------

**Завтрак**

100	<b>Котлета рыбная из минтая с сливочно-томатным соусом</b> <i>котлеты из минтая, 100г замороженные (пф), масло подсолнечное, молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-10, Калорийность-177	37-83
180	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31, Калорийность-201	26-14
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	3-54
31	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-66	2-47
516	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-17, Жиры-18, Углеводы-66, Калорийность-485	68-98
<u><b>Обед</b></u>			
90	<b>Салат "Степной"</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зеленый, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-94	15-75
200	<b>Суп крестьянский с крупой</b> <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	7-53
120	<b>Фрикадельки из говядины в соусе</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное с2, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-13, Углеводы-15, Калорийность-221	44-71
200	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-23, Жиры-6, Углеводы-53, Калорийность-357	11-85
180	<b>Компот из свежих яблок</b> <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-17, Калорийность-69	7-97
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
850	<b>Итого за Обед</b>	Белки-43, Жиры-28, Углеводы-137, Калорийность-972	92-25
850	<b>Итого за день</b>	Белки-60, Жиры-46, Углеводы-203, Калорийность-1457	161-23

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

Акционерное общество

Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Шницель домашний (с соусом)</b> <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-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207	41-18
180	<b>Макаронны отварные</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-53, Калорийность-293	11-45
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	3-54
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29, Калорийность-128	4-85
595	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-25, Жиры-21, Углеводы-142, Калорийность-844	67-32
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-138	12-23
250	<b>Рассольник ленинградский</b> <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-113	17-34
130	<b>Печень по-строгановски</b> <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-12, Углеводы-8, Калорийность-203	49-47
200	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-42, Калорийность-262	14-73
200	<b>Компот из апельсинов</b> <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-15, Калорийность-73	16-31
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-96	2-69
960	<b>Итого за Обед</b>	Белки-33, Жиры-34, Углеводы-131, Калорийность-970	116-00
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка Российская</b> <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, сахар-песок, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин</i>	Белки-10, Жиры-12, Углеводы-64, Калорийность-404	12-32
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Напиток апельсиновый</b> <i>сахар-песок, апельсин</i>	Углеводы-24, Калорийность-105	10-28
358	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-13, Жиры-16, Углеводы-111, Калорийность-649	31-30
358	<b>Итого за день</b>	Белки-71, Жиры-72, Углеводы-383, Калорийность-2 463	214-62

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
120	<b>Митболы с томатным соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-12, Жиры-1, Углеводы-9, Калорийность-169	49-50
180/5	<b>Картофель отварной</b> <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, Калорийность-180	24-52
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
<b>613</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-23, Жиры-18, Углеводы-102, Калорийность-656	<b>89-31</b>
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из моркови "Покорейски"</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-82	11-00
250	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-96	16-08
10	<b>Сметана к I блюдам</b>	Жиры-2, Калорийность-16	4-71
250	<b>Плов из говядины</b> <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к I сорт (суляки), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-28, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-361	73-88
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
<b>840</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-33, Жиры-17, Углеводы-108, Калорийность-721	<b>117-77</b>
<b>Полдник</b>			
60	<b>Булочка с повидлом и помадкой</b> <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-34, Калорийность-228	8-92
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
<b>460</b>	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-71, Калорийность-381	<b>35-23</b>
<b>460</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-61, Жиры-40, Углеводы-281, Калорийность-1759	<b>242-31</b>

Бухгалтер-калькулятор  Машышева Н.М.

Генеральный директор  Загонский Д.А.

Согласовано  
Директор \_\_\_\_\_

МП

# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
130	<b>Котлета домашняя</b> <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-12, Жиры-19, Углеводы-13, Калорийность-265	54-80
200	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-14, Углеводы-49, Калорийность-347	23-50
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-50
80	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-6, Жиры-1, Углеводы-38, Калорийность-170	6-46
610	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-24, Жиры-34, Углеводы-108, Калорийность-813	87-26
<b>Обед</b>			
100	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136	13-17
250	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-118	13-50
15	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	2-27
110	<b>Гуляш из свинины</b> <i>свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-16, Жиры-11, Углеводы-4, Калорийность-198	64-22
180	<b>Макаронные изделия (весовые)</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-53, Калорийность-293	11-45
200	<b>Напиток из шиповника</b> <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133	3-79
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-96	2-69
935	<b>Итого за Обед</b>	Белки-40, Жиры-30, Углеводы-164, Калорийность-1 094	114-32
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка школьная</b> <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-9, Жиры-3, Углеводы-66, Калорийность-324	7-65
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200	<b>Варенец</b>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-102	31-17
350	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-17, Жиры-9, Углеводы-112, Калорийность-601	45-12
350	<b>Итого за день</b>	Белки-81, Жиры-73, Углеводы-384, Калорийность-2 508	246-70

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный  
директор

Зитонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Котлета рыбная из минтая с сливочно-томатным соусом</b> <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное, молоко 2.5%, томат-паста, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-8, Калорийность-176	38-02
200	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35, Калорийность-224	29-04
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	3-54
80	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-6, Жиры-1, Углеводы-38, Калорийность-170	6-46
585	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-22, Жиры-20, Углеводы-91, Калорийность-611	77-06
<b>Обед</b>			
110	<b>Салат "Степной"</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-14, Калорийность-115	19-25
250	<b>Суп крестьянский с крупой</b> <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-119	9-41
120	<b>Фрикадельки из говядины в соусе</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное с2, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-13, Углеводы-15, Калорийность-221	44-71
200	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-23, Жиры-6, Углеводы-53, Калорийность-357	11-85
200	<b>Компот из свежих яблок</b> <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-19, Калорийность-76	8-85
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	4-04
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-96	2-69
970	<b>Итого за Обед</b>	Белки-47, Жиры-31, Углеводы-159, Калорийность-1 091	100-80
<b>Полдник</b>			
100	<b>Булочка с корицей</b> <i>мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи сухие, корица, ванилин</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-61, Калорийность-380	11-72
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-76
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
500	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-10, Жиры-11, Углеводы-106, Калорийность-567	45-56
500	<b>Итого за день</b>	Белки-79, Жиры-61, Углеводы-357, Калорийность-2 269	223-42

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный  
директор



Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП



# Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты с маслом</b> <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-82	11-62
220	<b>Плов из говядины</b> <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1сорт (суляки), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-24, Жиры-6, Углеводы-43, Калорийность-318	65-01
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-55
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-33, Калорийность-149	5-66
<u>590</u>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-31, Жиры-11, Углеводы-99, Калорийность-609	<u>84-84</u>
<u>Обед</u>			
100	<b>Огурцы свежие</b>	Белки-1, Углеводы-3, Калорийность-15	32-88
250	<b>Суп с домашней лапшой</b> <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-130	6-90
100	<b>Биточек припущенный из птицы</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-108	54-73
180	<b>Перловка с овощами</b> <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-9, Углеводы-38, Калорийность-257	7-46
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	3-23
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
<u>900</u>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-26, Жиры-22, Углеводы-115, Калорийность-761	<u>117-30</u>
<u>Полдник</u>			
100	<b>Корж молочный</b> <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло подсолнечное, молоко 2,5%, яйцо куриное с2, сода пищевая, кислота лимонная, ванилин</i>	Белки-7, Жиры-14, Углеводы-70, Калорийность-433	12-06
60	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-44, Калорийность-228	10-42
200	<b>Отвар шиповника с сахаром</b> <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133	10-28
<u>360</u>	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-13, Жиры-17, Углеводы-147, Калорийность-794	<u>32-76</u>
<u>360</u>	<b>Итого за день</b>	Белки-70, Жиры-51, Углеводы-361, Калорийность-2164	<u>234-90</u>
Бухгалтер-калькулятор	 Мальшова Н.М.	Генеральный директор	Согласовано
		 Затонский Д.А.	Директор
			МП

# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

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

## Завтрак

100	<b>Шницель домашний( с соусом)</b> <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-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207	
210	<b>Макаронны отварные</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-62, Калорийность-342	
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	
57	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27, Калорийность-121	

## Завтрак2

20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

**842** **Итого за 1-я смена** Белки-27, Жиры-23, Углеводы-179, Калорийность-1 022 **78-30**

## Обед

70	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-96	
200	<b>Рассольник ленинградский</b> <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-91	
110	<b>Печень по-строгановски (гов.печень)</b> <i>печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-10, Углеводы-7, Калорийность-172	
160	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	
180	<b>Компот из апельсинов</b> <i>апельсин, сахар-песок</i>	Углеводы-14, Калорийность-66	
26	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-55	
27	<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-65	

## Полдник

20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

**993** **Итого за 2-я смена** Белки-28, Жиры-28, Углеводы-130, Калорийность-891 **108-07**

Бухгалтер-калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

**Меню школа ОВЗ 7-18 лет**

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

**Завтрак**

55	<b>Митболы</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-4, Калорийность-100	
150/5	<b>Картофель отварной</b> <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
55	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26, Калорийность-117	
<b><u>Завтрак2</u></b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	<b>Чай б/с</b>		
773	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-21, Жиры-16, Углеводы-133, Калорийность-749	<b>78-30</b>

**Обед**

70	<b>Салат из моркови "Покорейски"</b> <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, Калорийность-57	
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77	
10	<b>Сметана к I блюдам</b>	Жиры-2, Калорийность-16	
90	<b>Митболы с томатным соусом</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-127	
150/5	<b>Картофель отварной</b> <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	
32	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-68	
32	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-16, Калорийность-77	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	<b>Чай б/с</b>		
1 039	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-23, Жиры-22, Углеводы-141, Калорийность-847	<b>108-07</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Малышева Н.М.


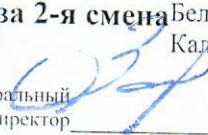
Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
100	<b>Котлета домашняя</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари папировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-14, Углеводы-10, Калорийность-204	
190	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-13, Углеводы-47, Калорийность-330	
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-53	
<b><u>Завтрак2</u></b>			
20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
735	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-19, Жиры-29, Углеводы-106, Калорийность-754	<b>78-30</b>
<b><u>Обед</u></b>			
80	<b>Винегрет овощной</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-109	
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	
20	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	
100	<b>Котлета домашняя</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари папировочные, масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, яйцо куриное с2, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-14, Углеводы-10, Калорийность-204	
200	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-14, Углеводы-49, Калорийность-347	
200	<b>Напиток из шиповника</b> <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133	
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	
33	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-3, Углеводы-16, Калорийность-80	
<b><u>Полдник</u></b>			
20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
1 083	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-30, Жиры-40, Углеводы-184, Калорийность-1 213	<b>108-07</b>
Бухгалтер-калькулятор	 Малышева Н.М.	Генеральный директор	 Затонский Д.А.
		Согласовано	МП
		Директор	

Акционерное общество

"Комбинат школьного питания"

**Школа 7-11 (1 смена)**

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

**Завтрак**

100	<b>Котлета рыбная из минтая с сливочно-томатным соусом</b> <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-10, Калорийность-177	37-83
180	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31, Калорийность-201	26-14
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-41	3-54
31	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-66	1-47
<b>516</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-17, Жиры-18, Углеводы-66, Калорийность-485	<b>68-98</b>

**Обед**

90	<b>Салат "Степной"</b> <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-94	15-75
200	<b>Суп крестьянский с крупой</b> <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	7-53
120	<b>Фрикадельки из говядины в соусе</b> <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное с2, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-13, Углеводы-15, Калорийность-221	44-71
200	<b>Гороховое пюре</b> <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-23, Жиры-6, Углеводы-53, Калорийность-357	11-85
180	<b>Компот из свежих яблок</b> <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-17, Калорийность-69	7-97
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-64	2-42
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-72	2-02
<b>850</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-43, Жиры-28, Углеводы-137, Калорийность-972	<b>92-25</b>
<b>850</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-60, Жиры-46, Углеводы-203, Калорийность-1457	<b>161-23</b>

МП

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшева Н.М.

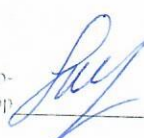

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

Акционерное общество  
"А.С.ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ "ОГОНЕК"  
ИНН 5811077365

## Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
70	<b>Салат из белокочанной капусты с маслом</b> <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, Калорийность-57	
185	<b>Плов из говядины</b> <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1сорт (суляги), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-20, Жиры-5, Углеводы-36, Калорийность-267	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
45	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21, Калорийность-96	
<b><u>Завтрак2</u></b>			
20	<b>Печенье "Мария" (галеты)</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
<b>725</b>	<b>Итого за 1-я смена</b>	Белки-27, Жиры-10, Углеводы-108, Калорийность-617	<b>78-30</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты с маслом</b> <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-82	
200	<b>Суп с домашней лапшой</b> <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	
230	<b>Плов из говядины</b> <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1сорт (суляги), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-25, Жиры-6, Углеводы-45, Калорийность-332	
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	
22	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	
22	<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-53	
<b><u>Полдник</u></b>			
20	<b>Печенье "Мария"</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-76	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
<b>999</b>	<b>Итого за 2-я смена</b>	Белки-34, Жиры-20, Углеводы-132, Калорийность-848	<b>108-07</b>
Бухгалтер- калькулятор	 Мальшова Н.М.	Генеральный директор	 Затонцкий Д.А.
		Согласовано Директор	МП