

меню (7-11 лет БП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
15	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-3, У-1	10-00
235	Омлет с сыром (крестьянский). <i>яйцо, картофель св, лук репка, сыр твердый (типа российский), молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, соль подпорованная</i>	ККАЛ-290, Б-16, Ж-18, У-17	74-00
200	Чай Витаминный <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i>	ККАЛ-70, Б-1, У-15	6-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-501, Б-21, Ж-19, У-60	98-00
<u>обед</u>			
100	Ёжики кур с соусом томат <i>куры грудка, рис, лук репка, томат-паста, масло растительное, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль подпорованная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-114, Б-13, Ж-4, У-7	45-00
150	Пюре картофельно - морковное <i>картофель св, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль подпорованная</i>	ККАЛ-125, Б-4, Ж-5, У-17	23-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
28	Хлеб ржаной.	ККАЛ-48, Б-2, У-9	3-00
Итого за обед		ККАЛ-496, Б-24, Ж-9, У-78	98-00
Итого за день		ККАЛ-997, Б-45, Ж-28, У-138	196-00

Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарлова
М.А.

М.А. Аскарлова



Фельдшер

1

меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
45	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-10, У-2	29-00
270	Омлет с сыром (крестьянский). <i>яйцо, картофель св, лук репка, сыр твердый (типа российский), молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-333, Б-18, Ж-21, У-20	85-50
200	Чай Витаминный <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i>	ККАЛ-70, Б-1, У-15	6-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
24	Хлеб ржаной	ККАЛ-41, Б-2, У-8	2-50
Итого за завтрак		ККАЛ-558, Б-24, Ж-22, У-65	129-00
<u>обед</u>			
15	Кукуруза порциями	ККАЛ-10, У-2	9-00
100	Ёжики кур <i>куры груока, рис, лук репка, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-138, Б-11, Ж-11, У-14	59-00
185	Пюре картофельно - морковное <i>картофель св, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-155, Б-5, Ж-6, У-21	29-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
36	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	4-00
Итого за обед		ККАЛ-597, Б-24, Ж-17, У-99	129-00
Итого за день		ККАЛ-1 155, Б-48, Ж-39, У-164	258-00

Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарлова
М.А.



Фельдшер

меню (ДИ, ОВЗ 7-11 лет (1 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
10	Сыр порциями	ККАЛ-38, Б-2, Ж-3	10-00
220	Каша геркулес молочная с маслом <small>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная</small>	ККАЛ-178, Б-8, Ж-4, У-28	27-00
200	Чай Витаминный <small>сахар-песок, витамин, чай байховый, лимон свежий</small>	ККАЛ-70, Б-1, У-15	6-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак			52-00
<u>обед</u>			
200/5	Суп лапша домашняя с курицей. <small>лапша лапшев, морковь свежая, лук репчатый, кури грудка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сушен (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-82, Б-2, Ж-3, У-11	19-00
100	Ёжики кур с соусом томат <small>кури грудка, рис, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, масло сливочное 72,5%, мука в с, соль поваренная, зелень сушен (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-114, Б-13, Ж-4, У-7	45-00
150	Пюре картофельно - морковное <small>картофель с, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль поваренная</small>	ККАЛ-125, Б-4, Ж-5, У-17	23-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед			117-00
Итого за день			169-00

Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарова
М.А.

ИИ Яковлева,
М.Ф.



меню (ДИ, ОВЗ12 и старше 1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
16	Сыр порциями	ККАЛ-60, Б-4, Ж-5	16-00
270	Каша геркулес молочная с маслом <small>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная</small>	ККАЛ-219, Б-10, Ж-5, У-35	34-00
200	Чай Витаминный <small>сахар-песок, витамин, чай байховый, лимон свежий</small>	ККАЛ-70, Б-1, У-15	6-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак			65-00
<u>обед</u>			
250/5	Суп лапша домашняя с курицей <small>лапша лапшев, морковь свежая, лук репчатый, кури грудка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, сахарный лист, зелень сушен (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-176, Б-9, Ж-9, У-15	23-00
100	Ёжики кур с соусом томат <small>кури грудка, рис, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, масло сливочное 72,5%, мука в с, соль поваренная, зелень сушен (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-114, Б-13, Ж-4, У-7	45-00
180	Пюре картофельно - морковное <small>картофель с, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль поваренная</small>	ККАЛ-150, Б-5, Ж-6, У-20	28-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед			127-00
Итого за день			192-00

Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарова
М.А.

ИИ Яковлева,
М.Ф.



02.02.2024

меню п (ДИ, ОВЗ12 и старше 2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
250/5	Суп лапша домашняя с курицей <small>лапша личная, морковь свежая, лук репка, кури грудка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-176, Б-9, Ж-9, У-15	23-00
70/30	Ёжики кур с соусом томат <small>кури грудка, рис, лук репка, томат-паста, масло растительное, масло сливочное 72,5%, укроп с с. соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-114, Б-13, Ж-4, У-7	45-00
180	Пюре картофельно - морковное <small>картофель сс, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль поваренная</small>	ККАЛ-150, Б-5, Ж-6, У-20	28-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-724, Б-35, Ж-19, У-102	127-00
<u>полдник</u>			
200	Молоко свежее	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-10	18-00
170	Апельсин свежий	ККАЛ-80, Б-2, У-20	35-00
80	Булочка молочная <small>мака с с. масло растительное, сахар-песок, молоко сухое 25%, дрож жид сух</small>	ККАЛ-262, Б-7, Ж-7, У-45	12-00
Итого за полдник		ККАЛ-450, Б-15, Ж-12, У-75	65-00
Итого за день		ККАЛ-1174, Б-50, Ж-31, У-177	192-00

Директор
МБОУ "Школа
№ 37" Аскарова

ИИ Яковлева
М.Ф.



МБОУ СОШ № 37

02.02.2024

меню п (ДИ, ОВЗ 7-11лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
200/5	Суп лапша домашняя с курицей. <small>лапша личная, морковь свежая, лук репка, кури грудка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-82, Б-2, Ж-3, У-11	19-00
70/30	Ёжики кур с соусом томат <small>кури грудка, рис, лук репка, томат-паста, масло растительное, масло сливочное 72,5%, укроп с с. соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-114, Б-13, Ж-4, У-7	45-00
150	Пюре картофельно - морковное <small>картофель сс, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль поваренная</small>	ККАЛ-125, Б-4, Ж-5, У-17	23-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-581, Б-26, Ж-12, У-90	117-00
<u>полдник</u>			
200	Молоко свежее	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-10	18-00
125	Апельсин свежий	ККАЛ-59, Б-1, У-15	26-00
50	Булочка молочная <small>мака с с. масло растительное, сахар-песок, молоко сухое 25%, дрож жид сух</small>	ККАЛ-164, Б-4, Ж-4, У-28	8-00
Итого за полдник		ККАЛ-327, Б-11, Ж-9, У-53	52-00
Итого за день		ККАЛ-908, Б-37, Ж-21, У-143	169-00

Директор
МБОУ "Школа
№ 37" Аскарова

ИИ Яковлева
М.Ф.

