

меню (7-11 летБП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
95	Гуляш из курицы с луком <i>куры грудка, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-132, Б-10, Ж-7, У-3	61-00
160	Гарнир каша перловая рассыпчатая <i>перловка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-203, Б-3, Ж-8, У-30	17-00
200	Чай с молоком <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</i>	ККАЛ-99, Б-3, Ж-3, У-15	12-00
37	Батон белый	ККАЛ-96, Б-3, Ж-1, У-19	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-564, Б-20, Ж-19, У-74	98-00
обед			
100	Тефтели мясные.. <i>фарш мясной, лук репка, рис, масло растительное, мука в/с, масло сливочное 72,5%</i>	ККАЛ-339, Б-16, Ж-29, У-26	63-00
50	Соус Красный основной <i>морковь свежая, томат-паста, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-23, Ж-1, У-4	5-00
150	Макаронь отв (регатоны) <i>макаронь (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	15-00
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	6-00
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-750, Б-27, Ж-38, У-99	98-00
Итого за день		ККАЛ-1 314, Б-47, Ж-57, У-173	196-00



Фельдшер

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>			
35	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-7, У-1	23-00
100	Гуляш из курицы с луком <i>куры грудки, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-139, Б-10, Ж-8, У-3	64-00
190	Гарнир каша перловая рассыпчатая <i>перловка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-241, Б-3, Ж-9, У-36	21-00
200	Чай с молоком <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</i>	ККАЛ-99, Б-3, Ж-3, У-15	12-00
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		ККАЛ-641, Б-21, Ж-21, У-85	129-00
<u>обед</u>			
40	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-9, У-2	26-00
100	Тефтели мясные.. <i>фарш мясной, лук репка, рис, масло растительное, мука в с, масло сливочное 72,5%</i>	ККАЛ-339, Б-16, Ж-29, У-26	63-00
50	Соус Красный основной <i>морковь свежая, томат-паста, мука в с, лук репка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-23, Ж-1, У-4	5-00
180	Макароны отв (регатоны) <i>макароны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	17-00
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	6-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-857, Б-30, Ж-40, У-118	129-00
Итого за день		ККАЛ-1 498, Б-51, Ж-61, У-203	258-00



ИП Яковлева



Фельдшер

меню (ДИ,ОВЗ 7-11лет (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	13-00
220	Каша пшеничная молочная с маслом <small>масло сливочное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная</small>	ККАЛ-190, Б-7, Ж-5, У-26	26-00
200	Чай с молоком <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай безыюный</small>	ККАЛ-99, Б-3, Ж-3, У-15	12-00
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			60-00
<u>обед</u>			
200/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной. <small>картофель св., свекла свежая, морковь свежая, лук репчатый, кури грудка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, сахар-песок, соль поваренная, лавровый лист, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-131, Б-5, Ж-7, У-12	28-00
60/50	Тефтели мясные с соусом. <small>фарш мясной, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, лук в с. рис, масло растительное, томат-паста, морковь свежая, соль поваренная, сахар-песок</small>	ККАЛ-172, Б-8, Ж-15, У-11	52-00
150	Макароны отщ (регатоны) <small>макароны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	14-00
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	6-00
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			109-00
Итого за день			169-00

Директор МБОУ "Лицей №3" Аскария И.И. Яковлева
 ИП Яковлева М.Ф.
 Яковлева Мария Федоровна
 ИНН 3803204310
 ОГРН 1023803202229
 г.БРАТСК

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>			
10	Сыр порциями	ККАЛ-38, Б-2, Ж-3	13-00
270	Каша пшеничная молочная с маслом <small>масло сливочное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная</small>	ККАЛ-233, Б-9, Ж-6, У-32	38-00
200	Чай с молоком <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай безыюный</small>	ККАЛ-99, Б-3, Ж-3, У-15	12-00
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			72-00
<u>обед</u>			
250/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной <small>картофель св., свекла свежая, морковь свежая, лук репчатый, кури грудка, томат-паста, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, лимон свежий, сахар-песок, соль поваренная, чеснок свежий, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-164, Б-7, Ж-8, У-15	33-00
60/50	Тефтели мясные с соусом. <small>фарш мясной, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, лук в с. рис, масло растительное, томат-паста, морковь свежая, соль поваренная, сахар-песок</small>	ККАЛ-172, Б-8, Ж-15, У-11	52-00
180	Макароны отщ (регатоны) <small>макароны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	17-00
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	6-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед			120-00
Итого за день			192-00

Директор МБОУ "Лицей №3" Аскария И.И. Яковлева
 ИП Яковлева М.Ф.
 Яковлева Мария Федоровна
 ИНН 3803204310
 ОГРН 1023803202229
 г.БРАТСК

меню (ДИ, ОВ312 и старше 2 смена)

меню (ДИ, ОВ3 7-11лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
обед			
250/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной <small>картофель св, свекла свежая, морковь свежая, лук репчатый, курица грудка, томат-паста, масло сливочное 72,5%, сметана 13%, лимон свежий, сахар-песок, соль поваренная, чеснок свежий, лавровый лист, зелень (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-164, Б-7, Ж-8, У-15	33-00
60/50	Тефтели мясные с соусом <small>фарш мясной, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная, рис, масло растительное, томат-паста, морковь свежая, соль поваренная, сахар-песок</small>	ККАЛ-172, Б-8, Ж-15, У-11	52-00
180	Макаронь отв (регатоны) <small>макаронь (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	17-00
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	6-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-822, Б-29, Ж-33, У-112	120-00
полдник			
200	Чай Русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
150	Яблоки свежие	ККАЛ-81, Ж-1, У-23	24-00
70	Пицца с птицей <small>мука пшеничная высшего сорта, сыр твердый (типа российский), сметана 13%, лимон, орегано консервированный, сахар-песок, томат-паста, майонез соус 25%, масло растительное, масло сливочное 72,5%, дрожжи сухие</small>	ККАЛ-188, Б-8, Ж-7, У-24	45-00
Итого за полдник		ККАЛ-310, Б-8, Ж-8, У-57	72-00
Итого за день		ККАЛ-1132, Б-37, Ж-41, У-169	192-00

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
обед			
200/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной <small>картофель св, свекла свежая, морковь свежая, лук репчатый, курица грудка, сметана 13%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, сахар-песок, соль поваренная, лавровый лист, чеснок свежий, зелень (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-131, Б-5, Ж-7, У-12	28-00
60/50	Тефтели мясные с соусом <small>фарш мясной, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная, рис, масло растительное, томат-паста, морковь свежая, соль поваренная, сахар-песок</small>	ККАЛ-172, Б-8, Ж-15, У-11	52-00
150	Макаронь отв (регатоны) <small>макаронь (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	14-00
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	6-00
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-694, Б-24, Ж-30, У-93	109-00
полдник			
200	Чай Русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
150	Яблоки свежие	ККАЛ-81, Ж-1, У-23	24-00
50	Пицца с птицей <small>мука пшеничная высшего сорта, сыр твердый (типа российский), сметана 13%, лимон, орегано консервированный, сахар-песок, томат-паста, майонез соус 25%, масло растительное, масло сливочное 72,5%, дрожжи сухие</small>	ККАЛ-135, Б-5, Ж-5, У-17	33-00
Итого за полдник		ККАЛ-257, Б-5, Ж-6, У-50	60-00
Итого за день		ККАЛ-951, Б-29, Ж-36, У-143	169-00

