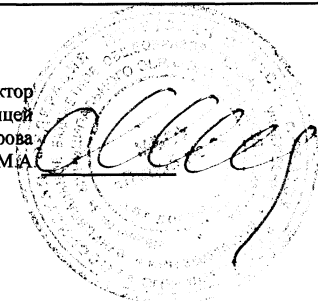


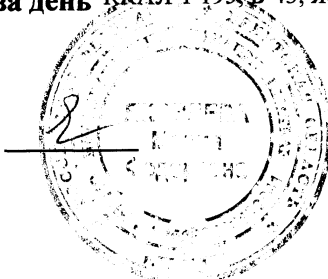
меню (7-11 лет БП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
90	Гуляш из курицы с луком <i>куры грудка, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-125, Б-9, 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	16-00
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
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-574, Б-20, Ж-19, У-77	98-00
<u>обед</u>			
15	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-3, У-1	11-00
80/30	Тефтели мясные с соусом крас. осн. <i>фарш мясной, лук репка, масло сливочное 72,5%, рис, мука в/с, масло растительное, томат-паста, морковь свежая, соль йодированная, сахар-песок</i>	ККАЛ-220, Б-12, Ж-19, У-15	58-00
160	Макароньы отв (регатоньы) <i>макароньы (регатоньы), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-167, Б-5, Ж-8, У-20	14-00
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-621, Б-23, Ж-27, У-86	98-00
Итого за день		ККАЛ-1195, Б-43, Ж-46, У-163	196-00

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



ИП Яковлева
М.Ф.



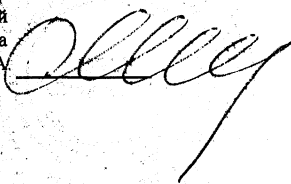
Фельдшер

СБ

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)
завтрак			
45	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-10, У-2	31-00
100	Гуляш из курицы с луком <i>куры грудка, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-139, Б-10, Ж-8, У-3	59-00
190	Гарнир каша перловая рассыпчатая <i>перловка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-241, Б-3, Ж-9, У-36	19-00
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
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-627, Б-20, Ж-21, У-83	129-00
обед			
40	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-9, У-2	27-00
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	64-00
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	4-00
180	Макароньы отв (регатоны) <i>макароньы (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	16-00
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-1484, Б-50, Ж-61, У-201	258-00

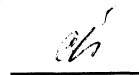
Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарлова
М.А.



ИП Яковлева
М.Ф.



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 пшеничная молочная с маслом <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная</small>	ККАЛ-190, Б-7, Ж-5, У-26	32-00
200	Чай с молоком <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</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			63-00
<u>обед</u>			
200/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной. <small>картофель св, свекла свежая, морковь свежая, лук репка, кури грудка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, сахар-песок, соль поваренная, лавровый лист, чеснок свежий, зелень сушен (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-131, Б-5, Ж-7, У-12	27-00
60/50	Тефтели мясные с соусом. <small>фарш мясной, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, рис, масло растительное, томат-паста, морковь свежая, соль поваренная, сахар-песок</small>	ККАЛ-172, Б-8, Ж-15, У-11	50-00
160	Макаронны отв (регатоны) <small>макаронны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-167, Б-5, Ж-8, У-20	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			106-00
Итого за день			169-00

Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарбаев
М.Ф.

ИИ Яковлева

Фельдшер

М.Ф.

меню (ДИ, ОВЗ 12 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 пшеничная молочная с маслом <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная</small>	ККАЛ-233, Б-9, Ж-6, У-32	39-00
200	Чай с молоком <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</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			76-00
<u>обед</u>			
250/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной <small>картофель св, свекла свежая, морковь свежая, лук репка, кури грудка, томат-паста, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, лимон свежий, сахар-песок, соль поваренная, чеснок свежий, лавровый лист, зелень сушен (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-164, Б-7, Ж-8, У-15	32-00
60/50	Тефтели мясные с соусом. <small>фарш мясной, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, рис, масло растительное, томат-паста, морковь свежая, соль поваренная, сахар-песок</small>	ККАЛ-172, Б-8, Ж-15, У-11	50-00
180	Макаронны отв (регатоны) <small>макаронны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	16-00
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			116-00
Итого за день			192-00

Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарбаев
М.Ф.

ИИ Яковлева

Фельдшер

М.Ф.

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>			
250/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной <small>картофель св, свекла свежая, морковь свежая, лук репка, 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	32-00
60/50	Тефтели мясные с соусом. <small>фарш мясной, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, рис, масло растительное, томат-паста, морковь свежая, соль поваренная, сахар-песок</small>	ККАЛ-172, Б-8, Ж-15, У-11	50-00
180	Макароны отв (регатоны) <small>макарони (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	16-00
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	116-00
<u>полдник</u>			
200	Молоко свежее	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-10	18-00
150	Яблоки свежие	ККАЛ-81, Ж-1, У-23	23-00
80	Булочка молочная <small>мука в/с, масло растительное, сахар-песок, молоко сухое 25%, дрожжи сух</small>	ККАЛ-262, Б-7, Ж-7, У-45	35-00
Итого за полдник		ККАЛ-451, Б-13, Ж-13, У-78	76-00
Итого за день		ККАЛ-1 273, Б-42, Ж-46, У-190	192-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

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>			
200/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной. <small>картофель св, свекла свежая, морковь свежая, лук репка, 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	27-00
60/50	Тефтели мясные с соусом. <small>фарш мясной, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, рис, масло растительное, томат-паста, морковь свежая, соль поваренная, сахар-песок</small>	ККАЛ-172, Б-8, Ж-15, У-11	50-00
160	Макароны отв (регатоны) <small>макарони (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-167, Б-5, Ж-8, У-20	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-704, Б-24, Ж-30, У-94	106-00
<u>полдник</u>			
200	Молоко свежее	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-10	18-00
150	Яблоки свежие	ККАЛ-81, Ж-1, У-23	23-00
50	Булочка молочная <small>мука в/с, масло растительное, сахар-песок, молоко сухое 25%, дрожжи сух</small>	ККАЛ-164, Б-4, Ж-4, У-28	22-00
Итого за полдник		ККАЛ-353, Б-10, Ж-10, У-61	63-00
Итого за день		ККАЛ-1 057, Б-34, Ж-40, У-155	169-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер