

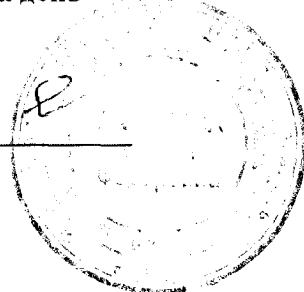
меню (7-11 летБП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
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	62-00
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
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-571, Б-20, Ж-20, У-74	98-00
обед			
20	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-4, У-1	13-00
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	57-00
150	Макароны отв (регатоны) <i>макароны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	13-00
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-612, Б-23, Ж-27, У-85	98-00
Итого за день		ККАЛ-1183, Б-43, Ж-47, У-159	196-00

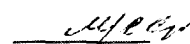
Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарова
М.А.



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер



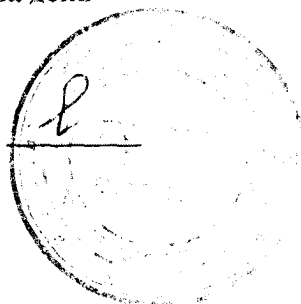
меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
40	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-9, У-2	26-50
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	62-00
200	Гарнир каша перловая рассычатая <i>перловка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-254, Б-3, Ж-10, У-37	20-00
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
24	Хлеб ржаной	ККАЛ-41, Б-2, У-8	2-50
Итого за завтрак		ККАЛ-646, Б-21, Ж-22, У-85	129-00
<u>обед</u>			
30	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-6, У-1	19-00
100/50	Тефтели мясные с соусом.. <i>фарш мясной, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, рис, масло растительное, томат-паста, морковь свежая, соль йодированная, сахар-песок</i>	ККАЛ-172, Б-8, Ж-15, У-11	76-00
180	Макаронь отв (регатоны) <i>макаронь (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-664, Б-22, Ж-25, У-98	129-00
Итого за день		ККАЛ-1 310, Б-43, Ж-47, У-183	258-00

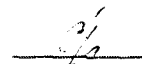
Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарова
М.А.



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер



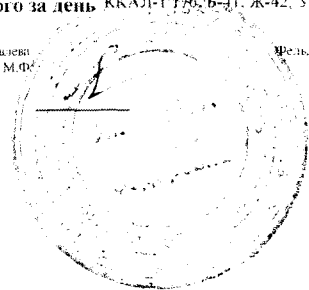
меню (ДИ, ОВЗ 7-11 лет (1 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
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 водопроводная</small>	ККАЛ-190, Б-7, Ж-5, У-26	32-00
200	Чай с молоком <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай бездрожжевой</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		ККАЛ-482, Б-17, Ж-12, У-71	63-00
обед			
200/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной. <small>картофель св. свеж., свекла свежая, морковь свежая, лук репчатый, курица грудка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, сахар-песок, соль водопроводная, лавровый лист, чеснок свежий, зелень сушеная (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-131, Б-5, Ж-7, У-12	27-00
60/50	Тефтели мясные с соусом. <small>фарш мясной, лук репчатый, мясо свиное 72,5%, мука в с. рт., масло растительное, томат-паста, морковь свежая, соль водопроводная, сахар-песок</small>	ККАЛ-172, Б-8, Ж-15, У-11	51-00
150	Макаронные отщ (регатоны)	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	13-00
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	106-00
Итого за день		ККАЛ-1176, Б-41, Ж-42, У-164	169-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер



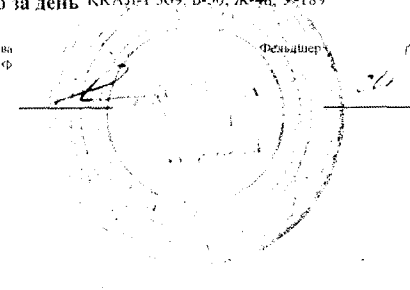
меню (ДИ, ОВЗ 12 и старше 1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
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 водопроводная</small>	ККАЛ-233, Б-9, Ж-6, У-32	38-00
200	Чай с молоком <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай бездрожжевой</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		ККАЛ-547, Б-21, Ж-15, У-77	75-00
обед			
250/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной <small>картофель св. свеж., свекла свежая, морковь свежая, лук репчатый, курица грудка, томат-паста, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, лимон свежий, сахар-песок, соль водопроводная, чеснок свежий, лавровый лист, зелень сушеная (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-164, Б-7, Ж-8, У-15	32-00
60/50	Тефтели мясные с соусом. <small>фарш мясной, лук репчатый, мясо свиное 72,5%, мука в с. рт., масло растительное, томат-паста, морковь свежая, соль водопроводная, сахар-песок</small>	ККАЛ-172, Б-8, Ж-15, У-11	51-00
180	Макаронные отщ (регатоны)	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	117-00
Итого за день		ККАЛ-1369, Б-50, Ж-48, У-189	192-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер



меню п (ДИ, ОВ312 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 поварованная, чеснок свежий, лавровый лист, зелень сушая (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 поварованная, сахар-песок</small>	ККАЛ-172, Б-8, Ж-15, У-11	51-00
180	Макаронь оте (регатоны) <small>макаронь (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль поварованная</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	117-00
<u>полдник</u>			
200	Йогурт	ККАЛ-172, Б-6, Ж-5, У-26	30-00
200	Яблоки свежие	ККАЛ-108, Ж-1, У-31	30-00
100	Булочка молочная <small>мука в с., масло растительное, сахар-песок, молоко стале 23%, дрожжи сух</small>	ККАЛ-327, Б-9, Ж-8, У-56	15-00
Итого за полдник		ККАЛ-607, Б-15, Ж-14, У-113	75-00
Итого за день		ККАЛ-1429, Б-44, Ж-47, У-225	192-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.



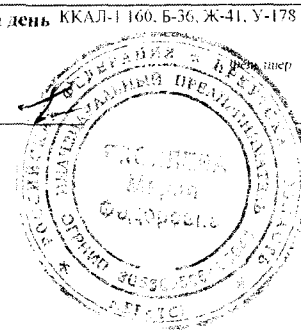
ИИ Яковлева
М.Ф.

меню п (ДИ, ОВ3 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 поварованная, лавровый лист, чеснок свежий, зелень сушая (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, ма. ра растительное, томат паста, морковь свежая, соль поварованная, сахар-песок</small>	ККАЛ-172, Б-8, Ж-15, У-11	51-00
150	Макаронь оте (регатоны) <small>макаронь (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль поварованная</small>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	13-00
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	106-00
<u>полдник</u>			
200	Йогурт	ККАЛ-172, Б-6, Ж-5, У-26	30-00
150	Яблоки свежие	ККАЛ-81, Ж-1, У-23	23-00
65	Булочка молочная <small>мука в с., масло растительное, сахар-песок, молоко стале 23%, дрожжи сух</small>	ККАЛ-213, Б-6, Ж-5, У-36	10-00
Итого за полдник		ККАЛ-466, Б-12, Ж-11, У-85	63-00
Итого за день		ККАЛ-1160, Б-36, Ж-41, У-178	169-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.



ИИ Яковлева
М.Ф.