

меню (7-11 летБП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
20	Помидор свежий с горошком <i>помидоры свежие, горошек зеленый консервир., масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-21, Ж-2, У-1	12-00
225	Каша деревенская гречневая с мясом. <i>свинина мясная нежирная п/ф, гречка, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-274, Б-12, Ж-19, У-17	75-00
200	Чай Французский (с ванилью) <i>сахар-песок, чай байховый, ванилин</i>	ККАЛ-41, У-10	3-00
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-466, Б-16, Ж-22, У-54	98-00
<u>обед</u>			
10	Огурец свежий порционный <i>огурцы св. зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св. соль</i>	ККАЛ-1	7-00
90	Котлета домашняя паровая <i>фарш мясной, хлеб белый в блюда, масло растительное, лук репка, сухари панирев., яйцо, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-252, Б-13, Ж-15, У-10	53-00
150	Горошница - пюре <i>горох сухой, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-193, Б-9, Ж-8, У-20	20-00
200	Напиток из шиповника <i>шиповник, сахар-песок</i>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	9-00
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-708, Б-29, Ж-23, У-84	98-00
Итого за день		ККАЛ-1174, Б-45, Ж-45, У-138	196-00

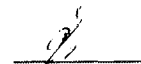
Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарова
М.А.



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер



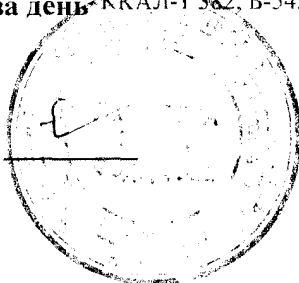
меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
50	Помидор свежий с горошком <i>помидоры свежие, горошек зеленый консервир., масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-52, Б-1, Ж-4, У-2	29-00
265	Каша деревенская гречневая с мясом. <i>свинина мясная нежирная п/ф, гречка, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-322, Б-14, Ж-22, У-20	88-50
200	Чай Французский (с ванилью) <i>сахар-песок, чай байховый, ванилин</i>	ККАЛ-41, У-10	3-00
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-560, Б-20, Ж-27, У-60	129-00
<u>обед</u>			
35	Огурец свежий порционный <i>огурцы св. зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св. соль</i>	ККАЛ-5, У-1	24-00
100	Котлета домашняя паровая <i>фарш мясной, хлеб белый в блюда, масло растительное, лук репка, сухари паниров., яйцо, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-280, Б-15, Ж-17, У-11	60-00
185	Горошница - пюре <i>горох сухой, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-238, Б-11, Ж-10, У-24	25-00
200	Напиток из шиповника <i>шиповник, сахар-песок</i>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	9-00
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-822, Б-34, Ж-27, У-98	129-00
Итого за день		ККАЛ-1382, Б-54, Ж-54, У-158	258-00

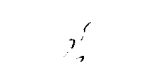
Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарова
М.А.



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер



06.02.2024

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	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	13-00
220	Каша рисовая молочная с маслом.	ККАЛ-147, Б-5, Ж-7, У-19	26-00
<small>рис., молоко сгущен. 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>			
200	Чай Французский (с ванилью)	ККАЛ-41, У-10	3-00
<small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>			
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-409, Б-10, Ж-15, У-59	51-00
<u>обед</u>			
200/5	Суп Волна'ё курицей.	ККАЛ-115, Б-7, Ж-5, У-11	27-00
<small>картофель сс. яйцо, морковь свежая, лук репчатый, куриный бульон, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>			
90	Комплета домашняя паровая	ККАЛ-252, Б-13, Ж-15, У-10	53-00
<small>фарш мясной, хлеб белый в крошке, масло растительное, лук репчатый, сахар панировочный, яйцо, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>			
150	Горошница - пюре	ККАЛ-193, Б-9, Ж-8, У-20	20-00
<small>суповый бульон, лук репчатый, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>			
200	Напиток из шиповника	ККАЛ-97, Б-1, У-20	9-00
<small>шиповник, сахар-песок</small>			
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-825, Б-36, Ж-28, У-96	118-00
Итого за день		ККАЛ-1 234, Б-46, Ж-43, У-155	169-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

МБОУ СОШ № 3

06.02.2024

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>			
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	13-00
270	Каша рисовая молочная с маслом.	ККАЛ-180, Б-6, Ж-9, У-23	33-00
<small>рис., молоко сгущен. 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>			
200	Чай Французский (с ванилью)	ККАЛ-41, У-10	3-00
<small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>			
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-442, Б-11, Ж-17, У-63	58-00
<u>обед</u>			
250/5	Суп Волна'ё курицей	ККАЛ-158, Б-10, Ж-9, У-13	31-00
<small>картофель сс. яйцо, морковь свежая, лук репчатый, куриный бульон, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>			
100	Комплета домашняя паровая	ККАЛ-280, Б-15, Ж-17, У-11	60-00
<small>фарш мясной, хлеб белый в крошке, масло растительное, лук репчатый, сахар панировочный, яйцо, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>			
180	Горошница - пюре	ККАЛ-232, Б-11, Ж-10, У-24	24-00
<small>суповый бульон, лук репчатый, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>			
200	Напиток из шиповника	ККАЛ-97, Б-1, У-20	9-00
<small>шиповник, сахар-песок</small>			
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	7-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-959, Б-44, Ж-36, У-108	134-00
Итого за день		ККАЛ-1 401, Б-55, Ж-53, У-171	192-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

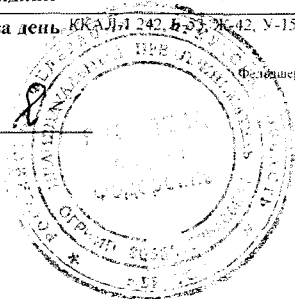
меню п (ДИ, ОВЗ12 и старше 2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
250/5	Суп Волна'т курицей <small>картофель св. яйцо, морковь свежая, лук репка, кури грудка, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, соль поваренная, зелень сушен (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-158, Б-10, Ж-9, У-13	31-00
100	Котлета домашняя паровая <small>фарш мясной, хлеб белый в кроша, масло растительное, лук репка, сахар паниров., яйцо, соль поваренная, зелень сушен (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-280, Б-15, Ж-17, У-11	60-00
180	Горошинца - пюре <small>горох сушен, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-232, Б-11, Ж-10, У-24	24-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар-песок</small>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	9-00
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-959, Б-44, Ж-36, У-108	134-00
<u>полдник</u>			
200	Молоко свежее	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-10	18-00
150	Апельсин свежий	ККАЛ-71, Б-1, У-18	33-00
30	Пряники в ассортименте	ККАЛ-104, Б-2, Ж-1, У-23	7-00
Итого за полдник		ККАЛ-283, Б-9, Ж-6, У-51	58-00
Итого за день		ККАЛ-1242, Б-53, Ж-42, У-159	192-00

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

ИП Яковлева
М.Ф.

Фельдшер



меню п (ДИ, ОВЗ 7-11 лет (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 Волна'т курицей. <small>картофель св. яйцо, морковь свежая, лук репка, кури грудка, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, соль поваренная, зелень сушен (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-115, Б-7, Ж-5, У-11	27-00
90	Котлета домашняя паровая <small>фарш мясной, хлеб белый в кроша, масло растительное, лук репка, сахар паниров., яйцо, соль поваренная, зелень сушен (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-252, Б-13, Ж-15, У-10	53-00
150	Горошинца - пюре <small>горох сушен, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-193, Б-9, Ж-8, У-20	20-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар-песок</small>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	9-00
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-825, Б-36, Ж-28, У-96	118-00
<u>полдник</u>			
200	Молоко свежее	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-10	18-00
130	Апельсин свежий	ККАЛ-61, Б-1, У-15	26-00
30	Пряники в ассортименте	ККАЛ-104, Б-2, Ж-1, У-23	7-00
Итого за полдник		ККАЛ-273, Б-9, Ж-6, У-48	51-00
Итого за день		ККАЛ-1098, Б-45, Ж-34, У-144	169-00

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

ИП Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

