

меню (7-11 летБП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
70/30	Фишболы под соусом молочным. <i>мшитай фише, капуста морская конс., лук репка, рис, яйцо, молоко сухое 25%, мука в с. масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-147, Б-7, Ж-31, У-10	53-00
160	Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-126, Б-3, Ж-5, У-22	26-00
200	Кофейный напиток с молоком <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, кофейный напиток</i>	ККАЛ-89, Б-3, Ж-3, У-13	11-00
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-492, Б-17, Ж-40, У-71	98-00
обед			
90	Гуляш мясной. <i>свинина мясная нежирная п ф, лук репка, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в с, соль йодированная</i>	ККАЛ-234, Б-9, Ж-20, У-5	64-00
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-173, Б-4, Ж-4, У-27	20-00
200	Компот из сухофруктов <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	5-00
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-639, Б-19, Ж-24, У-82	98-00
Итого за день		ККАЛ-1131, Б-36, Ж-64, У-153	196-00

Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскара

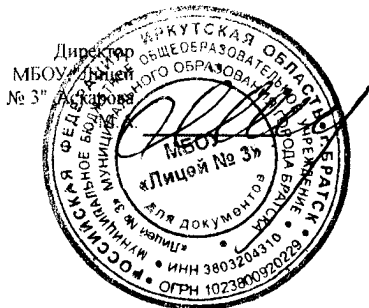


Фельдшер

Каша

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			
100/50	Фишболы под соусом молочным <i>минтай филе, капуста морская коне., рис, лук репка, молоко сухое 25%, яйцо, масло растительное, мука в с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-233, Б-10, Ж-51, У-16	78-00
190	Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-150, Б-4, Ж-6, У-26	31-00
200	Кофейный напиток с молоком <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, кофейный напиток</i>	ККАЛ-89, Б-3, Ж-3, У-13	11-00
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-627, Б-22, Ж-61, У-85	129-00
обед			
15	Кукуруза порциями	ККАЛ-10, У-2	10-00
100	Гуляш мясной <i>свинина мясная нежирная п ф, лук репка, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в с, соль йодированная</i>	ККАЛ-285, Б-12, Ж-19, У-5	79-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	24-00
200	Компот из сухофруктов <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	5-00
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-771, Б-23, Ж-24, У-98	129-00
Итого за день		ККАЛ-1 398, Б-45, Ж-85, У-183	258-00



Фельдшер

06.05.2024

меню (ДИ, ОВЗ 7-Шлет (1 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
225	Каша дружба молочная с маслом <i>пшено дробленое, рис, масло сливочное 25%, масло сливочное 72,3%, сахар-песок, соль поваренная</i>	ККАЛ-180, Б-7, Ж-5, У-34	26-00
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	5-00
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			40-00
обед			
200/5/5	Рассольник Ленинградский с курицей, сметаной. <i>картофель св., курица консервированная, морковь свежая, кури грудка, сметана 15%, петрушка, лук репка, масло сливочное 72,3%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-117, Б-6, Ж-6, У-11	31-00
90	Гуляш мясной. <i>свинина мясная нежирная п.ф., лук репка, томат-паста, масло сливочное 72,3%, мука в с, соль поваренная</i>	ККАЛ-234, Б-9, Ж-20, У-5	64-00
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное 72,3%, соль поваренная</i>	ККАЛ-173, Б-4, Ж-4, У-27	20-00
200	Компот из сухофруктов <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	5-00
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			129-00
Итого за день			169-00



ИИ Яковлева
М.Ф.



МБОУ "СОШ № 3"

06.05.2024

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)
завтрак			
275	Каша дружба молочная с маслом <i>пшено дробленое, рис, масло сливочное 25%, масло сливочное 72,3%, сахар-песок, соль поваренная</i>	ККАЛ-220, Б-8, Ж-6, У-42	32-00
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	5-00
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			46-00
обед			
250/5/5	Рассольник Ленинградский с курицей, сметаной <i>картофель св., курица консервированная, морковь свежая, кури грудка, петрушка, лук репка, масло сливочное 72,3%, сметана 15%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-177, Б-7, Ж-10, У-16	37-00
100	Гуляш мясной. <i>свинина мясная нежирная п.ф., лук репка, томат-паста, масло сливочное 72,3%, мука в с, соль поваренная</i>	ККАЛ-260, Б-10, Ж-22, У-6	70-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное 72,3%, соль поваренная</i>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	24-00
200	Компот из сухофруктов <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	5-00
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			146-00
Итого за день			192-00



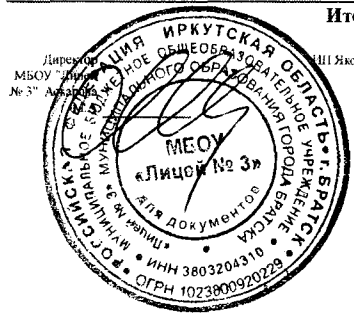
ИИ Яковлева
М.Ф.



06.05.2024

меню (ДИ, ОВЗ12 и старше 2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
обед			
250/5/5	Рассольник Ленинградский с курицей, сметаной <small>сертификат сс, курица консервированная, морковь свежая, куриный бульон, петрушка, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, соль поваренная, лавровый лист (бухрот), петрушка, лавровый лист</small>	ККАЛ-177, Б-7, Ж-10, У-16	37-00
100	Гуляш мясной. <small>свиная мясная нежирная п.ф., лук репчатый, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в с, соль поваренная</small>	ККАЛ-260, Б-10, Ж-22, У-6	70-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	24-00
200	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	5-00
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-903, Б-28, Ж-37, У-111	146-00
полдник			
200/5	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	5-00
150	Яблоки свежие	ККАЛ-81, Ж-1, У-23	24-00
50	Ватрушка с джемом <small>мука в с, джем в ассортименте, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, масло сливочное 25%, яйца, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-162, Б-3, Ж-5, У-28	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-286, Б-3, Ж-6, У-62	46-00
Итого за день		ККАЛ-1189, Б-31, Ж-43, У-173	192-00



06.05.2024

меню (ДИ, ОВЗ 7-11 лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
обед			
200/5/5	Рассольник Ленинградский с курицей, сметаной. <small>сертификат сс, курица консервированная, морковь свежая, куриный бульон, сметана 15%, петрушка, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, лавровый лист (бухрот), петрушка, лавровый лист</small>	ККАЛ-117, Б-6, Ж-6, У-11	31-00
90	Гуляш мясной. <small>свиная мясная нежирная п.ф., лук репчатый, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в с, соль поваренная</small>	ККАЛ-234, Б-9, Ж-20, У-5	64-00
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-173, Б-4, Ж-4, У-27	20-00
200	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	5-00
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-759, Б-25, Ж-30, У-94	129-00
полдник			
200/5	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	5-00
130	Яблоки свежие	ККАЛ-70, У-20	18-00
50	Ватрушка с джемом <small>мука в с, джем в ассортименте, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, масло сливочное 25%, яйца, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-162, Б-3, Ж-5, У-28	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-275, Б-3, Ж-5, У-59	40-00
Итого за день		ККАЛ-1034, Б-28, Ж-35, У-153	169-00

