

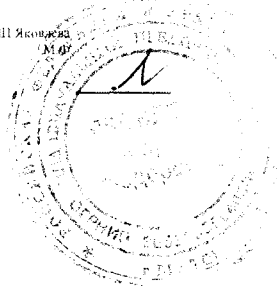
Меню (7-11 лет БП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак7</u>			
10	Масло сливочное.	ккал:66 Ж:7	11
240	Каша "Петровская" (перловка,мясо). <i>Окорок свиной, Масло сливочное в бжода, Лук репка, Соль, Перловка, Вода, Морковь се</i>	ккал:377 Б:14 Ж:14 У:52	73
200	Чай цитрусовый . <i>Чай, Сахар, Апельсины, Лимон, Вода</i>	ккал:60 У:16	6
40	Батон.	ккал:98 Б:3 Ж:1 У:20	6
20	Хлеб ржаной	ккал:39 Б:1 У:7	2
Итого за Завтрак7			98
<u>Обед7</u>			
30	Салат яичный . <i>Яйцо, Огурцы консервированные, Лук репка, Масло растительное, Соль, Лимон, Зелень сухая</i>	ккал:66 Б:2 Ж:6 У:1	9
90	Котлета мясная с овощами . <i>фарш мясной, Яйцо, Капуста се, Морковь се, Сметана 15%, Масло сливочное в бжода, Соль, Мука, Масло п.ф, Масло растительное</i>	ккал:202 Б:12 Ж:16 У:6	47
150	Картофель тушеный с овощами и томатом <i>Картофель се, Лук репка, Морковь се, Масло сливочное в бжода, Томат-паста, Лавровый лист, Чеснок се, Вода</i>	ккал:151 Б:3 Ж:6 У:26	24
200	Напиток "Янтарный". <i>Сухофрукты, Лимон, Мед, Яблоко, Вода</i>	ккал:101 Б:1 У:25	9
50	Хлеб белый пшеничный	ккал:115 Б:4 У:25	6
30	Хлеб ржаной	ккал:39 Б:2 У:10	3
Итого за Обед7			98
Итого за			196

Директор
МБОУ
"Швей №3"
Аскарова М.А.

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер



ср

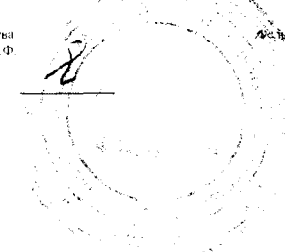
Меню (12-18 лет БП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак11</u>			
20	Масло сливочное.	ккал:132 Ж:16	22
300	Каша "Петровская" (перловка,мясо). <i>Окорок свиной, Масло сливочное в бжода, Лук репка, Соль, Перловка, Вода, Морковь се</i>	ккал:471 Б:16 Ж:17 У:66	92
200	Чай цитрусовый . <i>Чай, Сахар, Апельсины, Лимон, Вода</i>	ккал:60 У:16	6
40	Батон	ккал:98 Б:3 Ж:1 У:20	6
30	Хлеб ржаной	ккал:39 Б:2 У:10	3
Итого за Завтрак11			129
<u>Обед11</u>			
30	Салат яичный . <i>Яйцо, Огурцы консервированные, Лук репка, Масло растительное, Соль, Лимон, Зелень сухая</i>	ккал:66 Б:2 Ж:6 У:1	9
100	Котлета мясная с овощами . <i>фарш мясной, Яйцо, Капуста се, Морковь се, Сметана 15%, Масло сливочное в бжода, Соль, Мука, Масло п.ф, Масло растительное</i>	ккал:205 Б:13 Ж:16 У:7	68
200	Картофель тушеный с овощами и томатом <i>Картофель се, Лук репка, Морковь се, Масло сливочное в бжода, Томат-паста, Лавровый лист, Чеснок се, Вода</i>	ккал:151 Б:4 Ж:6 У:26	33
200	Напиток "Янтарный". <i>Сухофрукты, Лимон, Мед, Яблоко, Вода</i>	ккал:101 Б:1 У:25	9
60	Хлеб белый пшеничный	ккал:115 Б:4 У:25	7
30	Хлеб ржаной	ккал:39 Б:2 У:10	3
Итого за Обед11			129
Итого за			258

Директор
МБОУ
"Швей №3"
Аскарова М.А.

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер



ср

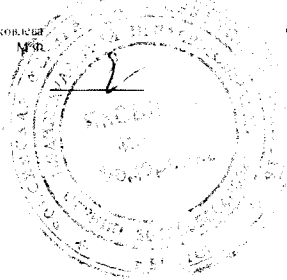
меню (ДИ, ОБЗ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 7 и			
15	Масло сливочное.	ккал-98 Ж-11	17
225	Каша "Черноморочка" пшениая	ккал-278 Б-7 Ж-11 У-39	25
	<i>Пшено, Молоко 3.2%, Чернослив, Масло сливочное в б/юва., Сахар, Вода</i>		
200	Чай цитрусовый .	ккал-60 У-16	6
	<i>Чай, Сахар, Апельсин, Лимон, Вода</i>		
40	Батон	ккал-90 Б-3 Ж-1 У-25	6
20	Хлеб ржаной	ккал-36 Б-1 У-7	2
	Итого за Завтрак 7 и ккал-503 Б-12 Ж-23 У-82 56		
Обед 7 и			
200	Кулеш с птицей	ккал-121 Б-5 Ж-6 У-10	22
	<i>Филе куриное, Пшено, Лук репка, Масло сливочное в б/юва., Вода</i>		
80	Котлета мясная с овощами .	ккал-180 Б-11 Ж-14 У-5	47
	<i>фарш мясной, Ябло, Капуста св, Морковь св, Сметана 15%, Масло сливочное в б/юва., Соль, Мука, Масло п ф, Масло растительное</i>		
150	Картофель тушеный с овощами и томатом	ккал-161 Б-3 Ж-6 У-26	26
	<i>Картофель св, Лук репка, Морковь св, Масло сливочное в б/юва., Томат-паста, Лавровый лист, Чеснок св, Вода</i>		
200	Напиток "Янтарный".	ккал-101 Б-1 У-25	9
	<i>Сухофрукты, Лимон, Мед, Яблоко, Вода</i>		
50	Хлеб белый пшеничный	ккал-113 Б-4 У-25	6
30	Хлеб ржаной	ккал-34 Б-2 У-10	3
	Итого за Обед 7 и ккал-500 Б-25 Ж-26 У-101 113		
	Итого за ккал-1293 Б-37 Ж-50 У-183 169		

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

ИИ Яковлева
МФ

Фельдшер



Ср

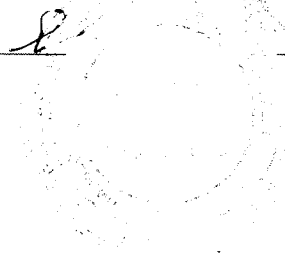
меню (ДИ, ОБЗ, 12 и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 11 и			
270	Каша "Черноморочка" пшениая	ккал-334 Б-8 Ж-13 У-47	28
	<i>Пшено, Молоко 3.2%, Чернослив, Масло сливочное в б/юва., Сахар, Вода</i>		
200	Чай цитрусовый .	ккал-60 У-16	6
	<i>Чай, Сахар, Апельсин, Лимон, Вода</i>		
50	Батон	ккал-90 Б-3 Ж-1 У-25	7
30	Хлеб ржаной	ккал-34 Б-2 У-10	3
	Итого за Завтрак 11 и ккал-508 Б-14 Ж-15 У-98 44		
Обед 11 и			
250	Кулеш с птицей	ккал-151 Б-6 Ж-7 У-13	28
	<i>Филе куриное, Пшено, Лук репка, Масло сливочное в б/юва., Вода</i>		
100	Котлета мясная с овощами .	ккал-228 Б-13 Ж-16 У-7	68
	<i>фарш мясной, Ябло, Капуста св, Морковь св, Сметана 15%, Масло сливочное в б/юва., Соль, Мука, Масло п ф, Масло растительное</i>		
200	Картофель тушеный с овощами и томатом	ккал-215 Б-4 Ж-7 У-34	33
	<i>Картофель св, Лук репка, Морковь св, Масло сливочное в б/юва., Томат-паста, Лавровый лист, Чеснок св, Вода</i>		
200	Напиток "Янтарный".	ккал-101 Б-1 У-25	9
	<i>Сухофрукты, Лимон, Мед, Яблоко, Вода</i>		
60	Хлеб белый пшеничный	ккал-113 Б-4 У-25	7
30	Хлеб ржаной	ккал-34 Б-2 У-10	3
	Итого за Обед 11 и ккал-681 Б-31 Ж-33 У-115 148		
	Итого за ккал-1481 Б-46 Ж-49 У-213 192		

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

ИИ Яковлева
МФ

Фельдшер



Ср