

## Меню (7-11 лет БП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак7</b>			
10	Масло сливочное.	ККАЛ-86 Ж-7	11
240	Каша "Петровская" (перловка,мясо).	ККАЛ-377 Б-14 Ж-14 У-52	73
<i>Окорок свиной, Масло сливочное в блюде, Лук репка, Соль, Перловка, Вода, Морковь св</i>			
200	Чай цитрусовый .	ККАЛ-60 У-16	6
<i>Чай, Сахар, Апельсины, Лимон, Вода</i>			
40	Батон.	ККАЛ-89 Б-3 Ж-1 У-20	6
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-36 Б-1 У-7	2
Итого за Завтрак7			98
<b>Обед7</b>			
30	Салат яичный .	ККАЛ-66 Б-2 Ж-6 У-1	9
<i>Яйцо, Огурцы консервированные, Лук репка, Масло растительное, Соль, Лимон, Зелень сухая</i>			
90	Котлета мясная с овощами .	ККАЛ-202 Б-12 Ж-16 У-8	47
<i>Фарш мясной, Яйцо, Капуста св, Морковь св, Сметана 15%, Масло сливочное в блюде, Соль, Мука, Масло п.ф, Масло растительное</i>			
150	Картофель тушеный с овощами и томатом	ККАЛ-161 Б-3 Ж-6 У-26	24
<i>Картофель св, Лук репка, Морковь св, Масло сливочное в блюде, Томат-паста, Лавровый лист, Чеснок св, Вода</i>			
200	Напиток "Янтарный".	ККАЛ-101 Б-1 У-25	9
<i>Сухофрукты, Лимон, Мед, Яблоки, Вода</i>			
50	Хлеб белый пшеничный	ККАЛ-113 Б-4 У-25	6
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-36 Б-2 У-10	3
Итого за Обед7			98
Итого за завтрак и обед			196

1  
 / Директор  
 МБОУ  
 "Школа №3"  
 Аскарова М.А.

ИП Яковлева



Фельдшер

с/п

## Меню (12-18 лет БП)

Выход (г)	Наименование б.люда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак11</b>			
20	Масло сливочное.	ККАЛ-132 Ж-15	22
300	Каша "Петровская" (перловка,мясо).	ККАЛ-471 Б-18 Ж-17 У-85	92
<i>Окорок свиной, Масло сливочное в блюде, Лук репка, Соль, Перловка, Вода, Морковь св</i>			
200	Чай цитрусовый .	ККАЛ-60 У-16	6
<i>Чай, Сахар, Апельсины, Лимон, Вода</i>			
40	Батон	ККАЛ-89 Б-3 Ж-1 У-20	6
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-36 Б-2 У-10	3
Итого за Завтрак11			129
<b>Обед11</b>			
30	Салат яичный .	ККАЛ-66 Б-2 Ж-6 У-1	9
<i>Яйцо, Огурцы консервированные, Лук репка, Масло растительное, Соль, Лимон, Зелень сухая</i>			
100	Котлета мясная с овощами .	ККАЛ-205 Б-13 Ж-16 У-7	68
<i>Фарш мясной, Яйцо, Капуста св, Морковь св, Сметана 15%, Масло сливочное в блюде, Соль, Мука, Масло п.ф, Масло растительное</i>			
200	Картофель тушеный с овощами и томатом	ККАЛ-175 Б-4 Ж-6 У-24	33
<i>Картофель св, Лук репка, Морковь св, Масло сливочное в блюде, Томат-паста, Лавровый лист, Чеснок св, Вода</i>			
200	Напиток "Янтарный".	ККАЛ-101 Б-1 У-25	9
<i>Сухофрукты, Лимон, Мед, Яблоки, Вода</i>			
60	Хлеб белый пшеничный	ККАЛ-113 Б-4 Ж-1 У-25	7
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-36 Б-2 У-10	3
Итого за Обед11			129
Итого за завтрак и обед			258

1  
 / Директор  
 МБОУ  
 "Школа №3"  
 Аскарова М.А.

ИП Яковлева



Фельдшер

с/п

## меню (ДИ, ОБЗ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак 7 и</b>			
15	Масло сливочное.	ККАЛ:99 Ж:11	17
225	Каша "Черноморочка" пшениая <i>Пшено, Молоко 3,2%, Чернослив, Масло сливочное в блюде, Сахар, Вода</i>	ККАЛ:278 Б:7 Ж:11 У:38	25
200	Чай цитрусовый. <i>Чай, Сахар, Апельсин, Лимон, Вода</i>	ККАЛ:60 У:16	6
40	Батон	ККАЛ:80 Б:3 Ж:1 У:20	6
20	Хлеб ржаной	ККАЛ:35 Б:1 У:7	2
<b>Итого за Завтрак 7 и</b>			<b>56</b>
<b>Обед 7 и</b>			
200	Кулеш с птицей. <i>Филе куриное, Пшено, Лук репка, Масло сливочное в блюде, Вода</i>	ККАЛ:121 Б:5 Ж:6 У:10	22
80	Котлета мясная с овощами. <i>Фарш мясной, Яйцо, Капуста св, Морковь св, Сметана 15%, Масло сливочное в блюде, Соль, Мука, Масло растительное</i>	ККАЛ:160 Б:11 Ж:14 У:5	47
150	Картофель тушеный с овощами и томатом <i>Картофель св, Лук репка, Морковь св, Масло сливочное в блюде, Томат-паста, Лавровый лист, Чеснок св, Вода</i>	ККАЛ:151 Б:3 Ж:6 У:26	26
200	Напиток "Янтарный". <i>Сухофрукты, Лимон, Мед, Яблоки, Вода</i>	ККАЛ:101 Б:1 У:25	9
50	Хлеб белый пшеничный	ККАЛ:113 Б:4 У:28	6
30	Хлеб ржаной	ККАЛ:34 Б:2 У:10	3
<b>Итого за Обед 7 и</b>			<b>113</b>
<b>Итого за Завтрак 7 и Обед 7 и</b>			<b>169</b>

1  
Директор  
МБОУ  
"Лицей №3"  
Аскарова М.А.



Фельдшер

2  
\_\_\_\_\_

## меню (ДИ, ОБЗ, 12 и старше)

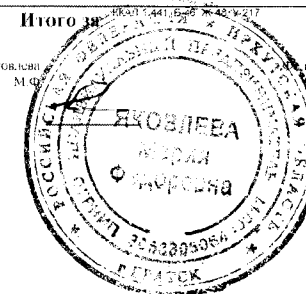
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак 1 и</b>			
270	Каша "Черноморочка" пшениая <i>Пшено, Молоко 3,2%, Чернослив, Масло сливочное в блюде, Сахар, Вода</i>	ККАЛ:334 Б:8 Ж:10 У:47	28
200	Чай цитрусовый. <i>Чай, Сахар, Апельсин, Лимон, Вода</i>	ККАЛ:60 У:16	6
50	Батон	ККАЛ:111 Б:3 Ж:1 У:25	7
30	Хлеб ржаной	ККАЛ:34 Б:2 У:10	3
<b>Итого за Завтрак 1 и</b>			<b>44</b>
<b>Обед 11 и</b>			
250	Кулеш с птицей <i>Филе куриное, Пшено, Лук репка, Масло сливочное в блюде, Вода</i>	ККАЛ:151 Б:5 Ж:7 У:13	28
100	Котлета мясная с овощами. <i>Фарш мясной, Яйцо, Капуста св, Морковь св, Сметана 15%, Масло сливочное в блюде, Соль, Мука, Масло растительное</i>	ККАЛ:225 Б:13 Ж:16 У:7	68
200	Картофель тушеный с овощами и томатом <i>Картофель св, Лук репка, Морковь св, Масло сливочное в блюде, Томат-паста, Лавровый лист, Чеснок св, Вода</i>	ККАЛ:215 Б:4 Ж:7 У:34	33
200	Напиток "Янтарный". <i>Сухофрукты, Лимон, Мед, Яблоки, Вода</i>	ККАЛ:101 Б:1 У:25	9
60	Хлеб белый пшеничный	ККАЛ:136 Б:5 Ж:1 У:30	7
30	Хлеб ржаной	ККАЛ:34 Б:2 У:10	3
<b>Итого за Обед 11 и</b>			<b>148</b>
<b>Итого за Завтрак 1 и Обед 11 и</b>			<b>192</b>

1  
Директор  
МБОУ  
"Лицей №3"  
Аскарова М.А.

2  
\_\_\_\_\_

ИИ Яковлева

М.Ф.



Фельдшер

2  
\_\_\_\_\_