

меню (7-11 летБП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
90	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	49-00
160	Гарнир Рис отв с зеленью <i>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-143, Б-1, Ж-2, У-28	28-00
200	Чай Братский с молоком, ванилью <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый, ванилин</i>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	13-00
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-502, Б-18, Ж-12, У-82	98-00
обед			
10	Огурец свежий порционный <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-1	5-00
90	Биточки мясные <i>фарш мясной, хлеб белый в блюда, сухари паниров., молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-273, Б-15, Ж-16, У-16	58-00
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 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-678, Б-25, Ж-20, У-93	98-00
Итого за день		ККАЛ-1 180, Б-43, Ж-32, У-175	196-00

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



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер



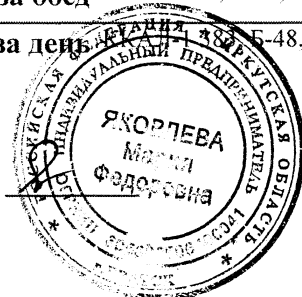
меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
20	Огурец свежий порционный <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-3, У-1	9-50
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	64-00
200	Гарнир Рис отв с зеленью <i>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-178, Б-1, Ж-2, У-35	34-00
200	Чай Братский с молоком, ванилью <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый, ванилин</i>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	13-00
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-555, Б-19, Ж-12, У-92	129-00
<u>обед</u>			
45	Огурец св. с кукурузой <i>огурцы свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-50, Б-1, Ж-4, У-3	24-00
100	Биточки мясные <i>фарш мясной, хлеб белый в блюда, сухари паниров., молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-303, Б-17, Ж-18, У-18	64-00
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 изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	6-00
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-828, Б-29, Ж-27, У-112	129-00
Итого за день		ККАЛ-1383, Б-48, Ж-39, У-204	258-00

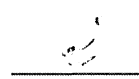
Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарова
М.А.



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер



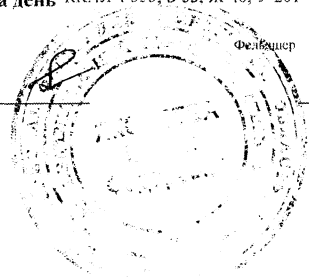
меню (ДИ, ОВЗ12 и старше 2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
250	Суп картофельный с сыром <i>картофель св. морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, сыр твердый (типа российский), соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-172, Б-6, Ж-10, У-15	33-00
100	Биточки мясные на пару <i>фарш мясной, хлеб белый в блоках, сухари панирое., молоко сухое 25%, масло растительное, соль поваренная</i>	ККАЛ-294, Б-6, Ж-18, У-24	64-00
180	Горошница - пюре <i>горох сухой, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</i>	ККАЛ-232, Б-11, Ж-10, У-24	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-967, Б-30, Ж-38, У-121	137-00
<u>полдник</u>			
200	Чай Апельсиновый <i>сахар-песок, апельсины св. лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-48, У-12	8-00
150	Яблоки свежие	ККАЛ-81, Ж-1, У-23	24-00
80	Ватрушка с джемом <i>мука в/с, джем в ассортименте, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, яйцо, масло растительное, дрожжи сух</i>	ККАЛ-259, Б-5, Ж-7, У-45	23-00
Итого за полдник		ККАЛ-388, Б-5, Ж-8, У-80	55-00
Итого за день		ККАЛ-1355, Б-35, Ж-46, У-201	192-00

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

ИП Яковлева
М.Ф.

Федосинер



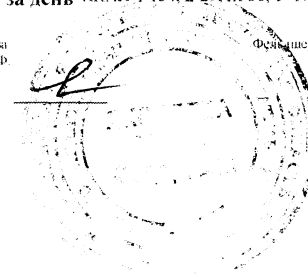
меню (ДИ, ОВЗ 7-11лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
200	Суп картофельный с сыром <i>картофель св. морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, сыр твердый (типа российский), соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-138, Б-5, Ж-8, У-12	26-00
90	Биточки мясные на пару <i>фарш мясной, хлеб белый в блоках, сухари панирое., молоко сухое 25%, масло растительное, соль поваренная</i>	ККАЛ-264, Б-5, Ж-16, У-22	58-00
150	Горошница - пюре <i>горох сухой, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</i>	ККАЛ-193, Б-9, Ж-8, У-20	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		ККАЛ-830, Б-25, Ж-32, У-105	118-00
<u>полдник</u>			
200	Чай Апельсиновый <i>сахар-песок, апельсины св. лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-48, У-12	8-00
150	Яблоки свежие	ККАЛ-81, Ж-1, У-23	24-00
60	Ватрушка с джемом <i>мука в/с, джем в ассортименте, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, яйцо, масло растительное, дрожжи сух</i>	ККАЛ-195, Б-4, Ж-5, У-33	19-00
Итого за полдник		ККАЛ-324, Б-4, Ж-6, У-68	51-00
Итого за день		ККАЛ-1154, Б-29, Ж-38, У-173	169-00

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

ИП Яковлева
М.Ф.

Федосинер



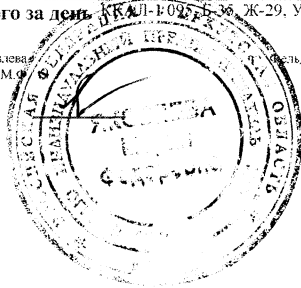
меню (ДИ, ОВЗ 7-11 лет (1 смена))

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	15-00
220	Каша рисовая молочная с маслом. <small>рис., молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль подпробованная</small>	ККАЛ-147, Б-5, Ж-7, У-19	24-00
200	Чай Братский с молоком, ванилью <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	13-00
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-458, Б-13, Ж-16, У-74	61-00
<u>обед</u>			
200/5	Суп лапша домашняя с курицей. <small>лапша личная, морковь свежая, лук репка, курицы грудка, масло сливочное 72,5%, соль подпробованная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-82, Б-2, Ж-3, У-11	21-00
105	Биточки мясные с соусом Томат <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сахар-песок, молоко сухое 25%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в/с, масло растительное, соль подпробованная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-148, Б-10, Ж-6, У-13	52-00
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль подпробованная</small>	ККАЛ-173, Б-4, Ж-4, У-27	20-00
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-637, Б-22, Ж-13, У-102	108-00
Итого за день		ККАЛ-1095, Б-36, Ж-29, У-176	169-00

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



ИИ Яковлева
М.Ф.



фельдшер



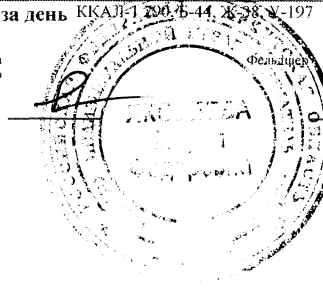
меню (ДИ, ОВЗ 12 и старше 1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	15-00
270	Каша рисовая молочная с маслом. <small>рис., молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль подпробованная</small>	ККАЛ-180, Б-6, Ж-9, У-23	36-00
200	Чай Братский с молоком, ванилью <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	13-00
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-491, Б-14, Ж-18, У-78	73-00
<u>обед</u>			
250/5	Суп лапша домашняя с курицей <small>лапша личная, морковь свежая, лук репка, курицы грудка, масло сливочное 72,5%, соль подпробованная, сливочный лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-176, Б-9, Ж-9, У-15	26-00
105	Биточки мясные с соусом Томат <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сахар-песок, молоко сухое 25%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в/с, масло растительное, соль подпробованная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-148, Б-10, Ж-6, У-13	52-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль подпробованная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	24-00
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	6-00
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-799, Б-30, Ж-20, У-119	119-00
Итого за день		ККАЛ-1290, Б-44, Ж-38, У-197	192-00

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



ИИ Яковлева
М.Ф.



фельдшер

