

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>			
10	Огурец свежий порционный <i>огурцы св. зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св. соль</i>	ККАЛ-1	8-00
230	Омлет крестьянский. <i>яйцо, картофель св. лук репка, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-272, Б-15, Ж-17, У-17	70-00
200	Чай Братский с молоком. <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</i>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	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-518, Б-23, Ж-19, У-72	98-00
<u>обед</u>			
90	Гуляш из курицы с морковью <i>куры грудка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, мука в с. соль йодированная</i>	ККАЛ-138, Б-15, Ж-7, У-4	57-00
160	Макаронные изделия отварные (спагетти) <i>макаронны (спагетти), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-167, Б-6, Ж-8, У-20	20-00
200	Напиток яблочный <i>яблоки свежие, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-57, У-15	12-00
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-527, Б-27, Ж-15, У-73	98-00
Итого за день		ККАЛ-1 045, Б-50, Ж-34, У-145	196-00

Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарова

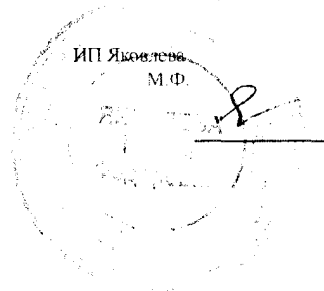
М.А. Т.

М.А. Т.

ИП Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

с/п



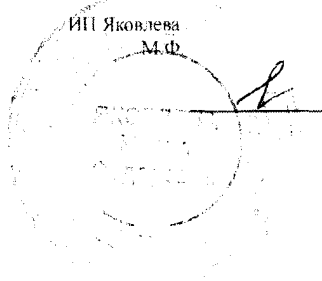
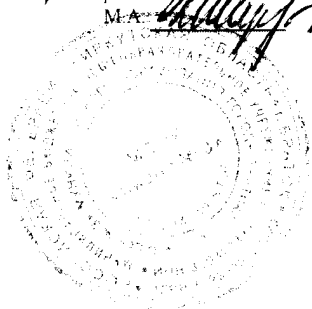
меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
40	Огурец свежий порционный <i>огурцы св. зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св. соль</i>	ККАЛ-6, У-1	32-00
255	Омлет крестьянский. <i>яйцо, картофель св. лук репка, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль подпорованная</i>	ККАЛ-302, Б-16, Ж-18, У-19	77-50
200	Чай Братский с молоком. <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</i>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	11-00
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-543, Б-24, Ж-20, У-73	129-00
<u>обед</u>			
30	Помидор свежий с маслом растительным <i>помидоры свежие, масло растительное</i>	ККАЛ-33, Ж-3, У-1	18-00
100	Гуляш из курицы с морковью <i>куры грудка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, мука в.с, соль подпорованная</i>	ККАЛ-153, Б-16, Ж-8, У-5	63-00
200	Макаронные изделия отварные (спагетти) <i>макароны (спагетти), масло сливочное 72,5%, соль подпорованная</i>	ККАЛ-209, Б-7, Ж-10, У-25	25-00
200	Напиток яблочный <i>яблоки свежие, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-57, У-15	12-00
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-654, Б-30, Ж-21, У-88	129-00
Итого за день		ККАЛ-1 197, Б-54, Ж-41, У-161	258-00

Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарова


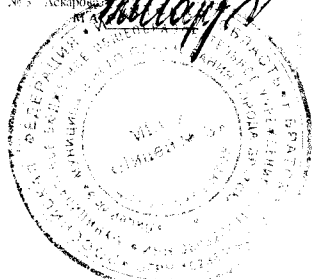
ИП Яковлева
М.Ф.

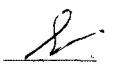
Фельдшер




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)
завтрак			
10	Сыр порциями	ККАЛ-38, Б-2, Ж-3	10-00
220	Каша рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25% масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль подпробованная</small>	ККАЛ-151, Б-5, Ж-7, У-20	28-00
200	Чай Братский с молоком. <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай белковый</small>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	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-434, Б-15, Ж-12, У-75	58-00
обед			
200/5	Суп гороховый с курицей. <small>картофель се., горох сушой, морковь свежая, лук репчат., куриц. грудка, масло сливочное 72,5%, соль подпробованная, зелень сушая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-148, Б-9, Ж-7, У-13	18-00
90	Гуляш из курицы с морковью. <small>куриц. грудка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, мука в.с. соль подпробованная</small>	ККАЛ-153, Б-16, Ж-8, У-5	53-00
150	Макаронные изделия отварные (спагетти) <small>макаронны (спагетти), масло сливочное 72,5%, соль подпробованная</small>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	19-00
200	Напиток яблочный <small>яблоки свеж. в.с., сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-57, У-15	12-00
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-683, Б-36, Ж-23, У-87	111-00
Итого за день		ККАЛ-1117, Б-51, Ж-35, У-162	169-00


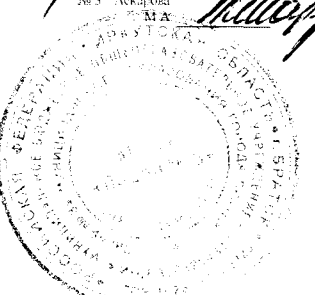
1
 Директор
 МБОУ "Лицей
 № 3" Аскарова




1
 ИИ Яковлева
 МФ


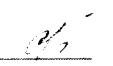
Фельдшер


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			
16	Сыр порциями	ККАЛ-60, Б-4, Ж-5	16-00
270	Каша рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25% масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль подпробованная</small>	ККАЛ-185, Б-6, Ж-9, У-24	30-00
200	Чай Братский с молоком. <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай белковый</small>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	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-490, Б-18, Ж-16, У-79	66-00
обед			
250/5	Суп гороховый с курицей <small>картофель се., горох сушой, морковь свежая, лук репчат., куриц. грудка, масло сливочное 72,5%, соль подпробованная, зелень сушая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-177, Б-10, Ж-7, У-18	22-00
100	Гуляш из курицы с морковью. <small>куриц. грудка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, мука в.с. соль подпробованная</small>	ККАЛ-170, Б-18, Ж-9, У-5	59-00
180	Макаронные изделия отварные (спагетти) <small>макаронны (спагетти), масло сливочное 72,5%, соль подпробованная</small>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	22-00
200	Напиток яблочный <small>яблоки свеж. в.с., сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-57, У-15	12-00
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-704, Б-41, Ж-25, У-103	126-00
Итого за день		ККАЛ-1284, Б-59, Ж-41, У-182	192-00

1
 Директор
 МБОУ "Лицей
 № 3" Аскарова
 МФ



1
 ИИ Яковлева
 МФ


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)
<i>обед</i>			
250/5	Суп гороховый с курицей <small>картофель св. сухая супов. морковь свежая, лук репчат. кури грудка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-177, Б-10, Ж-7, У-18	22-00
100	Гуляш из курицы с морковью. <small>кури грудка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, мука в с., соль поваренная</small>	ККАЛ-170, Б-18, Ж-9, У-5	59-00
180	Макаронные изделия отварные (спагетти) <small>макаронны (спагетти), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	22-00
200	Напиток яблочный <small>яблоки свежие, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-57, У-15	12-00
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-794, Б-41, Ж-25, У-103	126-00
<i>полдник</i>			
200	Кефир	ККАЛ-106, Б-6, Ж-5, У-8	19-00
150	Апельсин свежий	ККАЛ-71, Б-1, У-18	31-00
80	Булочка Ёжик <small>мука в с., сахар-песок, масло растительное, молоко сухое 25%, масло сливочное, дрожжи сух.</small>	ККАЛ-205, Б-4, Ж-11, У-30	16-00
Итого за полдник		ККАЛ-382, Б-11, Ж-16, У-56	66-00
Итого за день		ККАЛ-1176, Б-52, Ж-41, У-159	192-00

Директор
МБОУ "Школа
№ 3" Аксарин
М.А.

ИП Яковлева

Фельдшер



меню п (ДИ, ОВЗ 7-11лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>обед</i>			
200/5	Суп гороховый с курицей. <small>картофель св. сухая супов. морковь свежая, лук репчат. кури грудка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-148, Б-9, Ж-7, У-13	18-00
90	Гуляш из курицы с морковью. <small>кури грудка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, мука в с., соль поваренная</small>	ККАЛ-153, Б-16, Ж-8, У-5	53-00
150	Макаронные изделия отварные (спагетти) <small>макаронны (спагетти), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	19-00
200	Напиток яблочный <small>яблоки свежие, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-57, У-15	12-00
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-683, Б-36, Ж-23, У-87	111-00
<i>полдник</i>			
200	Кефир	ККАЛ-106, Б-6, Ж-5, У-8	19-00
140	Апельсин свежий	ККАЛ-66, Б-1, У-16	29-00
50	Булочка Российская <small>мука в с., сахар-песок, масло растительное, молоко сухое 25%, дрожжи сух., соль поваренная, ванилин</small>	ККАЛ-185, Б-4, Ж-5, У-32	10-00
Итого за полдник		ККАЛ-357, Б-11, Ж-10, У-56	58-00
Итого за день		ККАЛ-1040, Б-47, Ж-33, У-143	169-00

Директор
МБОУ "Школа
№ 3" Аксарин
М.А.

ИП Яковлева

М.Ф.

Фельдшер

