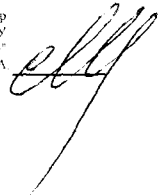


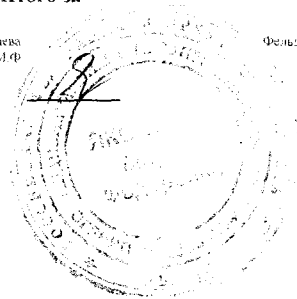
## Меню (7-11 лет БП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 7</u>			
10	<b>Сыр порциями</b>	ККАЛ-36, Б-3, Ж-3	9
250	<b>Каша "Ясеньская" (пшено, куры).</b>	ККАЛ-388, Б-21, Ж-25, У-17	76
<i>Пшено, Вода, Масло сливочное в б/жидк., Соль, Филе куриное, Зелень сухая, Морковь св.</i>			
200	<b>Чай фруктовый.</b>	ККАЛ-61, У-16	5
<i>Чай, Сахар, Яблоки свежие, Лимон, Вода</i>			
40	<b>Батон.</b>	ККАЛ-89, Б-3, Ж-1, У-20	6
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-36, Б-1, У-7	2
<b>Итого за Завтрак 7</b>			<b>98</b>
<u>Обед 7</u>			
60	<b>Салат "Минутка".</b>	ККАЛ-76, Б-2, Ж-4, У-7	14
<i>Яблоки, Свежая св., Сыр твердый, Сахар, Масло растительное</i>			
90	<b>Котлета "Осенняя".</b>	ККАЛ-160, Б-9, Ж-10, У-11	42
<i>Фарш мясной, Хлеб белый в б/жидк., Вода, Капуста св., Масло сливочное в б/жидк., Сахар натур., Соль, Масло п.ф., Масло растительное</i>			
155	<b>Рагу овощное..</b>	ККАЛ-146, Б-4, Ж-4, У-22	22
<i>Картофель св., Морковь св., Луц. репка, Капуста св., Масло сливочное в б/жидк., Соль, Соус томатный</i>			
200	<b>Напиток "Тайжский"</b>	ККАЛ-81, Б-11, У-21	11
<i>Брусника свежемороженая, Сахар, Вода</i>			
50	<b>Хлеб белый пшеничный</b>	ККАЛ-113, Б-4, У-25	6
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-2, У-10	3
<b>Итого за Обед 7</b>			<b>98</b>
<b>Итого за</b>			<b>196</b>

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



ИИ Яковлева  
М.Ф.



Фельдшер



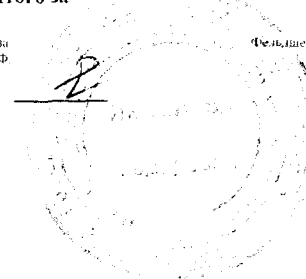
## Меню (12-18 лет БП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 11</u>			
20	<b>Сыр порциями</b>	ККАЛ-36, Б-3, Ж-3	18
300	<b>Каша "Ясеньская" (пшено, куры).</b>	ККАЛ-438, Б-25, Ж-28, У-21	97
<i>Пшено, Вода, Масло сливочное в б/жидк., Соль, Филе куриное, Зелень сухая, Морковь св.</i>			
200	<b>Чай фруктовый.</b>	ККАЛ-61, У-16	5
<i>Чай, Сахар, Яблоки свежие, Лимон, Вода</i>			
40	<b>Батон</b>	ККАЛ-89, Б-3, Ж-1, У-20	6
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-2, У-10	3
<b>Итого за Завтрак 11</b>			<b>129</b>
<u>Обед 11</u>			
100	<b>Салат "Минутка".</b>	ККАЛ-76, Б-2, Ж-4, У-7	23
<i>Яблоки, Свежая св., Сыр твердый, Сахар, Масло растительное</i>			
100	<b>Котлета "Осенняя".</b>	ККАЛ-178, Б-10, Ж-11, У-12	56
<i>Фарш мясной, Хлеб белый в б/жидк., Вода, Капуста св., Масло сливочное в б/жидк., Сахар натур., Соль, Масло п.ф., Масло растительное</i>			
200	<b>Рагу овощное..</b>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-5, У-30	29
<i>Картофель св., Морковь св., Лук репка, Капуста св., Масло сливочное в б/жидк., Соль, Соус томатный</i>			
200	<b>Напиток "Тайжский"</b>	ККАЛ-81, Б-11, У-21	11
<i>Брусника свежемороженая, Сахар, Вода</i>			
60	<b>Хлеб белый пшеничный</b>	ККАЛ-113, Б-4, У-25	7
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-2, У-10	3
<b>Итого за Обед 11</b>			<b>129</b>
<b>Итого за</b>			<b>258</b>

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



ИИ Яковлева  
М.Ф.



Фельдшер



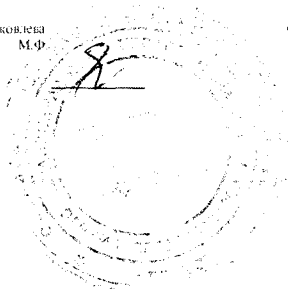
## Меню (ДИ, ОВЗ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак 7 и</b>			
20	<b>Сыр порциями</b>	ккал-72, Б-5, Ж-5	18
220	<b>Каша ячневая молочная с маслом.</b> <i>Ячка, Молоко сухое 25%, Вода, Сахар, Соль, Масло сливочное в блюде.</i>	ккал-323, Б-10, Ж-13, У-44	31
200	<b>Чай фруктовый.</b> <i>Чай, Сахар, Яблоки свежее, Лимон, Вода</i>	ккал-61, У-16	5
40	<b>Батон</b>	ккал-89, Б-3, Ж-1, У-20	6
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ккал-36, Б-1, У-7	2
<b>Итого за Завтрак 7 и</b>			<b>62</b>
<b>Обед 7 и</b>			
200	<b>Суп с вермишелью, картофель и филе кур.</b> <i>Вермишель, Картофель св, Морковь св, Лук репчатый, Томат-паста, Масло сливочное в блюде, Соль, Вода, Филе куриное</i>	ккал-101, Б-4, Ж-3, У-14	28
90	<b>Комплета "Осенняя".</b> <i>Фарин пшениш., Хлеб белый в блюде, Вода, Картофель св, Масло сливочное в блюде, Сахар натуральный, Соль, Масса пшф, Масло растительное</i>	ккал-160, Б-9, Ж-10, У-11	42
150	<b>Рагу овощное.</b> <i>Картофель св, Морковь св, Лук репчатый, Капуста св, Масло сливочное в блюде, Сaus томатный, Соль</i>	ккал-151, Б-5, Ж-4, У-25	22
200	<b>Напиток "Таёжный"</b> <i>Брусника свеж замороженная, Сахар, Вода</i>	ккал-81, Б-11, У-21	11
50	<b>Хлеб белый пшеничный</b>	ккал-113, Б-4, У-25	2
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ккал-34, Б-2, У-10	2
<b>Итого за Обед 7 и</b>			<b>107</b>
<b>Итого за</b>			<b>169</b>

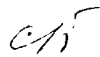
Директор  
МБОУ  
"Школа №3"  
Аскарова М.А.



ИИ Яковлева  
М.Ф.



Фельдшер



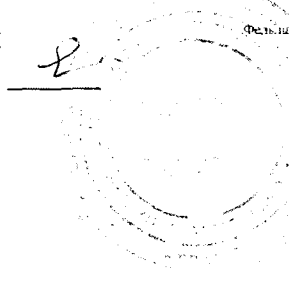
## Меню (ДИ, ОВЗ, 12 и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак 11 и</b>			
5	<b>Сыр порциями</b>	ккал-72, Б-5, Ж-5	5
275	<b>Каша ячневая молочная с маслом.</b> <i>Ячка, Молоко сухое 25%, Вода, Сахар, Соль, Масло сливочное в блюде.</i>	ккал-404, Б-12, Ж-16, У-66	32
200	<b>Чай фруктовый.</b> <i>Чай, Сахар, Яблоки свежее, Лимон, Вода</i>	ккал-61, У-16	5
40	<b>Батон</b>	ккал-89, Б-3, Ж-1, У-20	6
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ккал-34, Б-2, У-10	3
<b>Итого за Завтрак 11 и</b>			<b>51</b>
<b>Обед 11 и</b>			
250	<b>Суп с вермишелью, картофель и филе кур.</b> <i>Вермишель, Картофель св, Морковь св, Лук репчатый, Томат-паста, Масло сливочное в блюде, Соль, Вода, Филе куриное</i>	ккал-126, Б-5, Ж-4, У-17	35
100	<b>Комплета "Осенняя".</b> <i>Фарин пшениш., Хлеб белый в блюде, Вода, Картофель св, Масло сливочное в блюде, Сахар натуральный, Соль, Масса пшф, Масло растительное</i>	ккал-178, Б-10, Ж-11, У-12	56
200	<b>Рагу овощное..</b> <i>Картофель св, Морковь св, Лук репчатый, Капуста св, Масло сливочное в блюде, Сaus томатный</i>	ккал-189, Б-6, Ж-6, У-30	29
200	<b>Напиток "Таёжный"</b> <i>Брусника свеж замороженная, Сахар, Вода</i>	ккал-81, Б-11, У-21	11
60	<b>Хлеб белый пшеничный</b>	ккал-106, Б-5, Ж-1, У-20	7
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ккал-34, Б-2, У-10	3
<b>Итого за Обед 11 и</b>			<b>141</b>
<b>Итого за</b>			<b>192</b>

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



ИИ Яковлева  
М.Ф.



Фельдшер

