

меню (7-11 летБП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
90	Суфле мясное <i>фарш мясной, лук репка, яйцо, рис, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-150, Б-5, Ж-5, У-18	59-00
160	Макаронны отв (регатонны) <i>макаронны (регатонны), масло сливочное 72,5%; соль йодированная</i>	ККАЛ-167, Б-5, Ж-8, У-20	15-00
200	Какао с молоком <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, какао-порошок</i>	ККАЛ-113, Б-4, Ж-4, У-15	16-00
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-560, Б-18, Ж-18, У-79	98-00
обед			
240	Азу с птицей <i>картофель св, кури грудка, лук репка, огурцы консервированные, масло сливочное 72,5%, томат-паста, мука в с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-228, Б-19, Ж-5, У-26	79-00
200	Компот из смеси ягод <i>ягодно-фруктовая смесь (смородина черная, вишня, яблоко), сахар-песок, лимон свежий</i>	ККАЛ-53, У-13	10-00
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-446, Б-25, Ж-5, У-73	98-00
Итого за день		ККАЛ-1 006, Б-43, Ж-23, У-152	196-00

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



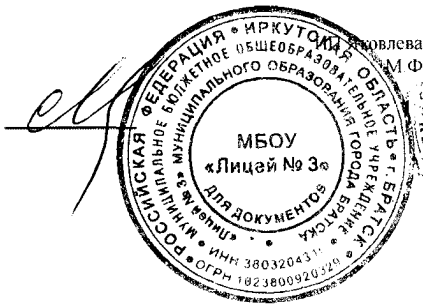
Фельдшер

СБ

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)
завтрак			
35	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-7, У-1	20-00
100	Суфле мясное <i>фарш мясной, лук репка, яйцо, рис, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-167, Б-6, Ж-5, У-20	67-50
190	Макаронь отв (регатонь) <i>макаронь (регатонь), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-10, У-24	17-00
200	Какао с молоком <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, какао-порошок</i>	ККАЛ-113, Б-4, Ж-4, У-15	16-00
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-631, Б-21, Ж-20, У-88	129-00
обед			
45	Помидор свежий порционный <i>помидорь св, масло растительное</i>	ККАЛ-10, У-2	26-00
100	Биточки или котлеты кур (духовые) <i>курь грудки, хлеб белый в крошки, лук репка, мука в с, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-198, Б-10, Ж-5, У-30	54-00
50	Соус Молочный <i>молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-53, Б-2, Ж-3, У-4	10-00
180	Гарнир каша гречка вязкая <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-123, Б-5, Ж-5, У-16	18-00
200	Компот из смеси ягод <i>ягодно-фруктовая смесь (смородина черная, вишня, яблоко), сахар-песок, лимон свежий</i>	ККАЛ-53, У-13	10-00
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-639, Б-24, Ж-13, У-107	129-00
Итого за день		ККАЛ-1270, Б-45, Ж-33, У-195	258-00

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



Фельдшер

С/о

17.05.2024

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			
230	Каша манная молочная с маслом <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная</small>	ККАЛ-152, Б-5, Ж-7, У-19	30-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
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			42-00
обед			
190/5/5	Суп овощной с курицей сметаной. <small>картофель св., капуста белокачанная свежая, лук репчат., морковь свежая, курица грудка, горошек зеленый консерв., сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-101, Б-4, Ж-7, У-8	29-00
240	Азу с птицей <small>картофель св., курица грудка, лук репчат., морковь консервированная, масло сливочное 72,5%, томат-паста, мука в с. соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-228, Б-19, Ж-5, У-26	79-00
200	Компот из смеси ягод <small>ягодно-фруктовая смесь (клубника черная, вишня, яблоки), сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-53, У-13	10-00
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			127-00
Итого за день			169-00

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



Ф.И.О. шеф

С.И.

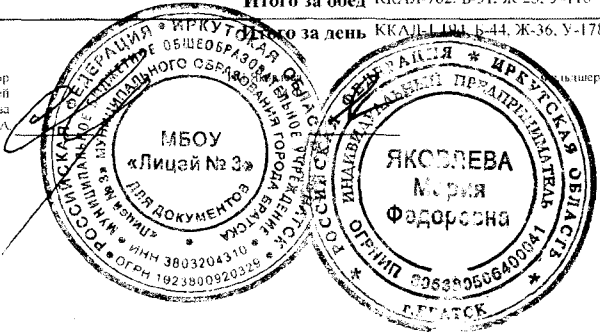
МБОУ "СОШ № 3"

17.05.2024

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)
завтрак			
10	Сыр порциями	ККАЛ-38, Б-2, Ж-3	13-00
270	Каша манная молочная с маслом <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная</small>	ККАЛ-178, Б-6, Ж-9, У-22	32-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
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			57-00
обед			
250/5/5	Суп овощной с курицей сметаной <small>картофель св., капуста белокачанная свежая, лук репчат., морковь свежая, курица грудка, горошек зеленый консерв., курица грудка, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-153, Б-7, Ж-10, У-11	32-00
100	Биточки или котлеты кур (духовые) <small>курица грудка, хлеб белый в крошке, лук репчат., мука в с. масло растительное, молоко сухое 25%, соль поваренная</small>	ККАЛ-198, Б-10, Ж-5, У-30	54-00
50	Соус Молочный <small>молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в с. соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-53, Б-2, Ж-3, У-4	10-00
180	Гарнир каша гречка вязкая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-123, Б-5, Ж-5, У-16	18-00
200	Компот из смеси ягод <small>ягодно-фруктовая смесь (клубника черная, вишня, яблоки), сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-53, У-13	10-00
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			135-00
Итого за день			192-00

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



Ф.И.О. шеф

С.И.

17.05.2024

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)
<i>обед</i>			
250/5/5	Суп овощной с курицей сметаной <small>картофель св., капуста белокачанная свежая, лук репчатый, морковь свежая, горошек зеленый консервированный, кури грудка, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-153, Б-7, Ж-10, У-11	32-00
100	Биточки или котлеты кур (духовые) <small>кури грудка, хлеб белый в батонах, лук репчатый, мука в с. малом растительное, масло сливочное 25%, соль поваренная</small>	ККАЛ-198, Б-10, Ж-5, У-30	54-00
50	Соус Молочный <small>молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в с. соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-53, Б-2, Ж-3, У-4	10-00
180	Гарнир каша гречка вязкая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-123, Б-5, Ж-5, У-16	18-00
200	Компот из смеси ягод <small>ягодно-фруктовая смесь (клубника черная, вишня, яблоки), сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-53, У-13	10-00
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-782, Б-31, Ж-23, У-116	135-00
<i>полдник</i>			
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
150	Апельсин свежий	ККАЛ-71, Б-1, У-18	26-00
60	Шаньга сибирская <small>мука в с. сметана 15%, яйцо, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи сух., соль поваренная</small>	ККАЛ-194, Б-5, Ж-7, У-29	28-00
Итого за полдник		ККАЛ-306, Б-6, Ж-7, У-57	57-00
Итого за день		ККАЛ-1088, Б-37, Ж-30, У-173	192-00

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



МБОУ "СОШ № 7"

17.05.2024

меню (ДИ, ОВЗ 7-11 лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>обед</i>			
190/5/5	Суп овощной с курицей сметаной. <small>картофель св., капуста белокачанная свежая, лук репчатый, морковь свежая, кури грудка, горошек зеленый консервированный, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-101, Б-4, Ж-7, У-8	29-00
240	Азу с птицей <small>картофель св., кури грудка, лук репчатый, морковь консервированная, масло сливочное 72,5%, томат-паста, мука в с. соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-228, Б-19, Ж-5, У-26	79-00
200	Компот из смеси ягод <small>ягодно-фруктовая смесь (клубника черная, вишня, яблоки), сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-53, У-13	10-00
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-550, Б-29, Ж-12, У-82	127-00
<i>полдник</i>			
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
150	Апельсин свежий	ККАЛ-71, Б-1, У-18	26-00
80	Булочка Веснушка <small>мука в с. сметана 15%, яйцо, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи сух., соль поваренная</small>	ККАЛ-242, Б-5, Ж-8, У-36	13-00
Итого за полдник		ККАЛ-354, Б-6, Ж-8, У-64	42-00
Итого за день		ККАЛ-904, Б-35, Ж-20, У-146	169-00

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

