

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 | Сыр порциями | ккал-36, Б-3, Ж-3 | 9 |
| 250 | Каша "Ясеньская" (пшено, кури). <i>Пшено, Вода, Масло сливочное в б/жидк., Соль, Филе куриное, Зелень сухая, Марковь се</i> | ккал-356, Б-21, Ж-23, У-17 | 76 |
| 200 | Чай фруктовый. <i>Чай, Сахар, Яблоки свежие, Лимон, Вода</i> | ккал-61, У-16 | 5 |
| 40 | Батон. | ккал-99, Б-3, Ж-1, У-20 | 6 |
| 20 | Хлеб ржаной | ккал-26, Б-1, У-7 | 2 |
| Итого за Завтрак 7 | | | 98 |
| <u>Обед 7</u> | | | |
| 60 | Салат "Минутка". <i>Яблоки, Свекла св., Сыр твердый, Сахар, Масло растительное</i> | ккал-78, Б-2, Ж-4, У-7 | 14 |
| 90 | Комплета "Осенняя". <i>Фарш мясной, Хлеб белый в б/жидк., Вода, Капуста св., Масло сливочное в б/жидк., Сахар, пшениров., Соль, Масса п.ф. Масло растительное</i> | ккал-160, Б-9, Ж-10, У-11 | 42 |
| 155 | Рагу овощное.. <i>Картофель св., Морковь св., Лук репка, Капуста св., Масло сливочное в б/жидк., Соль, Соус томатный</i> | ккал-146, Б-4, Ж-4, У-23 | 22 |
| 200 | Напиток "Тайжский" <i>Брусника свежемороженая, Сахар, Вода</i> | ккал-81, Б-11, У-21 | 11 |
| 50 | Хлеб белый пшеничный | ккал-113, Б-4, У-25 | 6 |
| 30 | Хлеб ржаной | ккал-24, Б-2, У-10 | 3 |
| Итого за Обед 7 | | | 98 |
| Итого за | | | 196 |

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

И.И. Яковлева

М.Ф.

Фельдшер

Ф.И.О.

Яковлева

Ирина

Федоровна

М.Ф.

Фельдшер

Ф.И.О.

Яковлева

Ирина

Федоровна

М.Ф.

Фельдшер

Ф.И.О.

Яковлева

Ирина

Федоровна

М.Ф.

Фельдшер

Ф.И.О.

Яковлева

Ирина

Федоровна

М.Ф.

Фельдшер

Ф.И.О.

Яковлева

Ирина

Федоровна

М.Ф.

Фельдшер

Ф.И.О.

Яковлева

Ирина

Федоровна

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 | Сыр порциями | ккал-72, Б-5, Ж-5 | 18 |
| 300 | Каша "Ясеньская" (пшено, кури). <i>Пшено, Вода, Масло сливочное в б/жидк., Соль, Филе куриное, Зелень сухая, Марковь се</i> | ккал-1430, Б-25, Ж-26, У-21 | 97 |
| 200 | Чай фруктовый. <i>Чай, Сахар, Яблоки свежие, Лимон, Вода</i> | ккал-61, У-16 | 5 |
| 40 | Батон | ккал-99, Б-3, Ж-1, У-20 | 6 |
| 30 | Хлеб ржаной | ккал-24, Б-2, У-10 | 3 |
| Итого за Завтрак 11 | | | 129 |
| <u>Обед 11</u> | | | |
| 100 | Салат "Минутка". <i>Яблоки, Свекла св., Сыр твердый, Сахар, Масло растительное</i> | ккал-128, Б-2, Ж-7, У-12 | 23 |
| 100 | Комплета "Осенняя". <i>Фарш мясной, Хлеб белый в б/жидк., Вода, Капуста св., Масло сливочное в б/жидк., Сахар, пшениров., Соль, Масса п.ф. Масло растительное</i> | ккал-178, Б-10, Ж-11, У-12 | 56 |
| 200 | Рагу овощное.. <i>Картофель св., Морковь св., Лук репка, Капуста св., Масло сливочное в б/жидк., Соль, Соус томатный</i> | ккал-138, Б-6, Ж-6, У-30 | 29 |
| 200 | Напиток "Тайжский" <i>Брусника свежемороженая, Сахар, Вода</i> | ккал-81, Б-11, У-21 | 11 |
| 60 | Хлеб белый пшеничный | ккал-113, Б-4, У-25 | 7 |
| 30 | Хлеб ржаной | ккал-24, Б-2, У-10 | 3 |
| Итого за Обед 11 | | | 129 |
| Итого за | | | 258 |

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

И.И. Яковлева

М.Ф.

Фельдшер

Ф.И.О.

Яковлева

Ирина

Федоровна

М.Ф.

Фельдшер

Ф.И.О.

Яковлева

Ирина

Федоровна

М.Ф.

Фельдшер

Ф.И.О.

Яковлева

Ирина

Федоровна

М.Ф.

Фельдшер

Ф.И.О.

Яковлева

Ирина

Федоровна

М.Ф.

Фельдшер

Ф.И.О.

Яковлева

Ирина

Федоровна

М.Ф.

Фельдшер

Ф.И.О.

Яковлева

Ирина

Федоровна

М.Ф.

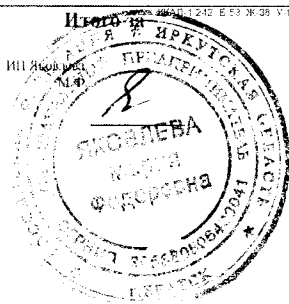
Фельдшер

Меню (ДИ, ОВЗ 7-11 лет)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|--------------------|--|---|-------------------------|
| Завтрак 7 и | | | |
| 20 | Сыр порциями | ккал-72, Б-5, Ж-5 | 18 |
| 220 | Каша ячневая молочная с маслом. | ккал-323, Б-10, Ж-15, У-44 | 31 |
| | <i>Ячка, Молоко сухое 25%, Вода, Сахар, Соль, Масло сливочное в б/юда.</i> | | |
| 200 | Чай фруктовый. | ккал-61, У-16 | 5 |
| | <i>Чай, Сахар, Ягоды свежие, Лимон, Вода</i> | | |
| 40 | Батон | ккал-86, Б-3, Ж-1, У-20 | 6 |
| 20 | Хлеб ржаной | ккал-96, Б-1, У-7 | 2 |
| | Итого за Завтрак 7 и | ккал-561, Б-19, Ж-20, У-87 | 62 |
| Обед 7 и | | | |
| 200 | Суп с вермишелью, картофель и филе кур. | ккал-101, Б-4, Ж-3, У-14 | 28 |
| | <i>Вермишель, Картофель св, Морковь св, Лук репка, Томат паста, Масло сливочное в б/юда, Соль, Вода, Филе куриное</i> | | |
| 90 | Комлета "Осенняя". | ккал-190, Б-9, Ж-10, У-11 | 42 |
| | <i>Фарш мясной, Хлеб белый в б/юда, Вода, Капуста св, Масло сливочное в б/юда, Сахар пшенич., Соль, Масло растительное</i> | | |
| 150 | Рагу овощное. | ккал-151, Б-6, Ж-4, У-25 | 22 |
| | <i>Картофель св, Морковь св, Лук репка, Капуста св, Масло сливочное в б/юда, Сухи томатный, Соль</i> | | |
| 200 | Напиток "Таджский" | ккал-81, Б-11, У-21 | 11 |
| | <i>Ярусника свеж замороженная, Сахар, Вода</i> | | |
| 50 | Хлеб белый пшеничный | ккал-112, Б-4, У-25 | 2 |
| 30 | Хлеб ржаной | ккал-94, Б-2, У-10 | 2 |
| | Итого за Обед 7 и | ккал-561, Б-34, Ж-18, У-105 | 107 |
| | Итого за Завтрак 7 и Обед 7 и | ккал-1122, Б-53, Ж-38, У-193 | 169 |

1
Директор
МБОУ
"Школа №7"
Аскаррова М.А.

М.А. Аскаррова



Фельдшер

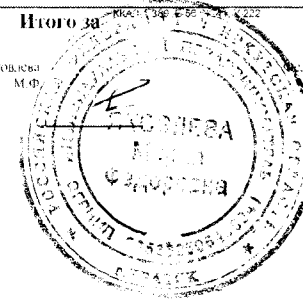
С.И. Фельдшер

Меню (ДИ, ОВЗ, 12 и старше)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|--------------------|--|---|-------------------------|
| Завтрак 1 и | | | |
| 5 | Сыр порциями | ккал-18, Б-1, Ж-1 | 5 |
| 275 | Каша ячневая молочная с маслом. | ккал-1404, Б-12, Ж-16, У-95 | 32 |
| | <i>Ячка, Молоко сухое 25%, Вода, Сахар, Соль, Масло сливочное в б/юда</i> | | |
| 200 | Чай фруктовый. | ккал-61, У-16 | 5 |
| | <i>Чай, Сахар, Ягоды свежие, Лимон, Вода</i> | | |
| 40 | Батон | ккал-86, Б-3, Ж-1, У-20 | 6 |
| 30 | Хлеб ржаной | ккал-54, Б-2, У-10 | 3 |
| | Итого за Завтрак 1 и | ккал-1482, Б-18, Ж-19, У-122 | 51 |
| Обед 11 и | | | |
| 250 | Суп с вермишелью, картофель и филе кур. | ккал-126, Б-5, Ж-4, У-17 | 35 |
| | <i>Вермишель, Картофель св, Морковь св, Лук репка, Томат паста, Масло сливочное в б/юда, Соль, Вода, Филе куриное</i> | | |
| 100 | Комлета "Осенняя". | ккал-178, Б-10, Ж-11, У-12 | 56 |
| | <i>Фарш мясной, Хлеб белый в б/юда, Вода, Капуста св, Масло сливочное в б/юда, Сахар пшенич., Соль, Масло растительное</i> | | |
| 200 | Рагу овощное.. | ккал-188, Б-6, Ж-6, У-30 | 29 |
| | <i>Картофель св, Морковь св, Лук репка, Капуста св, Масло сливочное в б/юда, Соль, Сухи томатный</i> | | |
| 200 | Напиток "Таджский" | ккал-81, Б-11, У-21 | 11 |
| | <i>Ярусника свеж замороженная, Сахар, Вода</i> | | |
| 60 | Хлеб белый пшеничный | ккал-116, Б-5, Ж-1, У-30 | 7 |
| 30 | Хлеб ржаной | ккал-54, Б-2, У-10 | 3 |
| | Итого за Обед 11 и | ккал-564, Б-37, Ж-22, У-120 | 141 |
| | Итого за Завтрак 1 и Обед 11 и | ккал-2046, Б-55, Ж-41, У-242 | 192 |

Директор
МБОУ
"Школа №7"
Аскаррова М.А.

М.А. Аскаррова



НН Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

С.И. Фельдшер