

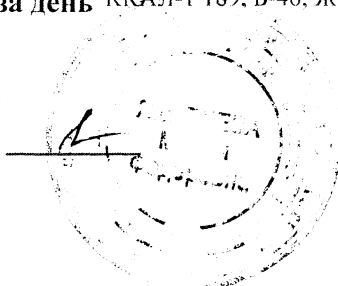
меню (7-11 летБП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| <u>завтрак</u> | | | |
| 90 | Фрикадельки Любимые" <i>мясные</i> <small>фарш мясной, хлеб белый в блюда, мука в/с, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small> | ККАЛ-264, Б-15, Ж-16, У-16 | 61-00 |
| 160 | Гарнир Рис с морковью <small>рис о/п, морковь свежая, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small> | ККАЛ-214, Б-4, Ж-9, У-42 | 24-00 |
| 200 | Чай Итальянский (корица) <small>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</small> | ККАЛ-62, У-15 | 5-00 |
| 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-670, Б-23, Ж-26, У-99 | 98-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 90 | Гуляш из рыбы. <small>минтай филе, лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</small> | ККАЛ-144, Б-13, Ж-12, У-5 | 44-00 |
| 150 | Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small> | ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, У-20 | 24-00 |
| 200 | Сок фруктовый | ККАЛ-92, Б-1, У-20 | 21-00 |
| 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-519, Б-23, Ж-17, У-79 | 98-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 189, Б-46, Ж-43, У-178 | 196-00 |

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



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер



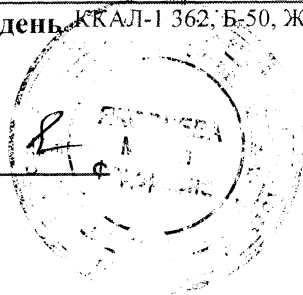
меню (12 лет и старше БП, РП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>завтрак</u> | | | |
| 50 | Огурец св с маслом растительным, зеленью <i>огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-27, Ж-2, У-1 | 22-50 |
| 90 | Фрикадельки Любимые" мясные <i>фарш мясной, хлеб белый в крошки, мука в/с, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i> | ККАЛ-264, Б-15, Ж-16, У-16 | 61-00 |
| 200 | Гарнир Рис с морковью <i>рис о/п, морковь свежая, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i> | ККАЛ-268, Б-5, Ж-11, У-52 | 32-00 |
| 200 | Чай Итальянский (корица) <i>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</i> | ККАЛ-62, У-15 | 5-00 |
| 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-766, Б-25, Ж-30, У-112 | 129-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 30 | Огурец св с маслом растительным, зеленью <i>огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-16, Ж-1, У-1 | 13-00 |
| 100 | Гуляш из рыбы <i>минтай филе, лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</i> | ККАЛ-144, Б-13, Ж-12, У-5 | 55-00 |
| 180 | Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i> | ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24 | 29-00 |
| 200 | Сок фруктовый | ККАЛ-92, Б-1, У-20 | 21-00 |
| 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-596, Б-25, Ж-19, У-92 | 129-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1362, Б-50, Ж-49, У-204 | 258-00 |

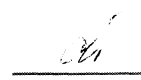
Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарова
М.А.



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер



меню (ДИ,ОВЗ 7-11лет (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 | 13-00 |
| 220 | Каша манная молочная с маслом <small>манка, молоко сухое 25% масло сливочное 72,5% сахар-песок, соль подпробанная</small> | ККАЛ-145, Б-5, Ж-7, У-18 | 24-00 |
| 200 | Чай Итальянский (корица) <small>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</small> | ККАЛ-62, У-15 | 5-00 |
| 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-428, Б-10, Ж-15, У-63 | 51-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 200/5 | Суп картофельный с крупой, курицей. <small>картофель св. лук репка, морковь свежая, кури грудка, пицца шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль подпробанная, зелень сухая (укроп, петрушка), заправочный лист</small> | ККАЛ-133, Б-6, Ж-6, У-13 | 20-00 |
| 90 | Гуляш из рыбы. <small>минтай филе, лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25% мука в/с, томат-паста, соль подпробанная</small> | ККАЛ-144, Б-13, Ж-12, У-5 | 44-00 |
| 150 | Картофельное пюре <small>картофель св. масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль подпробанная</small> | ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, У-20 | 24-00 |
| 200 | Сок фруктовый | ККАЛ-92, Б-1, У-20 | 21-00 |
| 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-655, Б-29, Ж-23, У-93 | 118-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 083, Б-39, Ж-38, У-156 | 169-00 |

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

ИИТ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер
С.И.

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) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>завтрак</u> | | | |
| 10 | Масло сливочное | ККАЛ-66, Ж-7 | 13-00 |
| 270 | Каша манная молочная с маслом <small>манка, молоко сухое 25% масло сливочное 72,5% сахар-песок, соль подпробанная</small> | ККАЛ-178, Б-6, Ж-9, У-22 | 32-00 |
| 200 | Чай Итальянский (корица) <small>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</small> | ККАЛ-62, У-15 | 5-00 |
| 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-461, Б-11, Ж-17, У-67 | 59-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 250/5 | Суп картофельный с крупой, курицей <small>картофель св. лук репка, морковь свежая, кури грудка, пицца шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль подпробанная, зелень сухая (укроп, петрушка), заправочный лист</small> | ККАЛ-155, Б-7, Ж-7, У-16 | 23-00 |
| 100 | Гуляш из рыбы. <small>минтай филе, лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25% мука в/с, томат-паста, соль подпробанная</small> | ККАЛ-160, Б-14, Ж-13, У-6 | 50-00 |
| 180 | Картофельное пюре <small>картофель св. масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль подпробанная</small> | ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24 | 29-00 |
| 200 | Сок фруктовый | ККАЛ-92, Б-1, У-20 | 21-00 |
| 60 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-141, Б-5, У-30 | 7-00 |
| 30 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-741, Б-33, Ж-26, У-106 | 133-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 202, Б-44, Ж-43, У-173 | 192-00 |

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

ИИТ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер
С.И.

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 картофельный с крупой, курицей <small>картофель св. лук репка, морковь свежая, кури грудка, пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль подпробованная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small> | ККАЛ-155, Б-7, Ж-7, У-16 | 23-00 |
| 100 | Гуляш из рыбы. <small>минтай филе, лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, мука в/с, томат-паста, соль подпробованная</small> | ККАЛ-160, Б-14, Ж-13, У-6 | 50-00 |
| 180 | Картофельное пюре <small>картофель св. масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль подпробованная</small> | ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24 | 29-00 |
| 200 | Сок фруктовый | ККАЛ-92, Б-1, У-20 | 21-00 |
| 60 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-141, Б-5, У-30 | 7-00 |
| 30 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-741, Б-33, Ж-26, У-106 | 133-00 |
| <i>полдник</i> | | | |
| 200 | Молоко свежее | ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-10 | 18-00 |
| 170 | Апельсин свежий | ККАЛ-80, Б-2, У-20 | 31-00 |
| 50 | Булочка Российская <small>мука в/с, сахар-песок, масло растительное, молоко сухое 25%, дрожжи сух, соль подпробованная, ванилин</small> | ККАЛ-185, Б-4, Ж-5, У-32 | 10-00 |
| Итого за полдник | | ККАЛ-373, Б-12, Ж-10, У-62 | 59-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1114, Б-45, Ж-36, У-168 | 192-00 |

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

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 картофельный с крупой, курицей. <small>картофель св. лук репка, морковь свежая, кури грудка, пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль подпробованная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small> | ККАЛ-133, Б-6, Ж-6, У-13 | 20-00 |
| 90 | Гуляш из рыбы. <small>минтай филе, лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, мука в/с, томат-паста, соль подпробованная</small> | ККАЛ-144, Б-13, Ж-12, У-5 | 44-00 |
| 150 | Картофельное пюре <small>картофель св. масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль подпробованная</small> | ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, У-20 | 24-00 |
| 200 | Сок фруктовый | ККАЛ-92, Б-1, У-20 | 21-00 |
| 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-655, Б-29, Ж-23, У-93 | 118-00 |
| <i>полдник</i> | | | |
| 200 | Молоко свежее | ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-10 | 18-00 |
| 130 | Апельсин свежий | ККАЛ-61, Б-1, У-15 | 23-00 |
| 50 | Булочка Российская <small>мука в/с, сахар-песок, масло растительное, молоко сухое 25%, дрожжи сух, соль подпробованная, ванилин</small> | ККАЛ-185, Б-4, Ж-5, У-32 | 10-00 |
| Итого за полдник | | ККАЛ-354, Б-11, Ж-10, У-57 | 51-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1009, Б-40, Ж-33, У-150 | 169-00 |

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер