

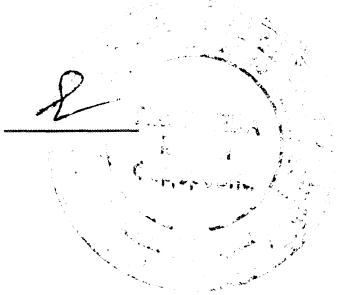
меню (7-11 летБП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
195	Пудинг творожный с рисом. <i>рис, творог свежий 9%, яйцо, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, сухари паниров., соль йодированная, масло растительное, ванилин</i>	ККАЛ-383, Б-21, Ж-14, У-43	70-00
50	Молоко сгущенное (полив) <i>молоко сгущенное с/с 8,5%, мука в/с</i>	ККАЛ-89, Б-2, Ж-2, У-15	17-00
200	Чай Французский (с ванилью) <i>сахар-песок, чай байховый, ванилин</i>	ККАЛ-41, У-10	3-00
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-643, Б-27, Ж-17, У-94	98-00
обед			
90	Бефстроганов с курицей <i>куры грудка, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-122, Б-16, Ж-5, У-3	59-00
150	Гарнир гречка с овощами <i>гречка, горошек зеленый консервир., морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-114, Б-5, Ж-5, У-16	21-00
200	Напиток из шиповника <i>шиповник, сахар-песок</i>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	9-00
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-498, Б-28, Ж-10, У-73	98-00
Итого за день		ККАЛ-1 141, Б-55, Ж-27, У-167	196-00

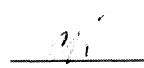
Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарова
М.А.



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер



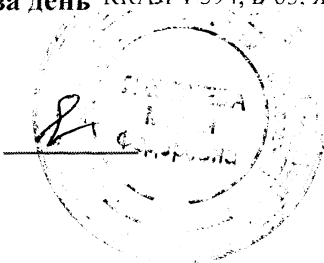
меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
15	Масло сливочное	ККАЛ-99, Ж-11	20-00
225	Пудинг творожный с рисом. <small>рис, творог свежий 9%, яйцо, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, сухари паниров., соль йодированная, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-442, Б-24, Ж-16, У-50	80-50
50	Молоко сгущенное (полив) <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, мука в/с</small>	ККАЛ-89, Б-2, Ж-2, У-15	17-00
200	Чай Французский (с ванилью) <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
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-816, Б-31, Ж-30, У-103	129-00
обед			
40	Огурец свежий порционный <small>огурцы св. зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св. соль</small>	ККАЛ-6, У-1	18-00
100	Бефстроганов с курицей <small>куры грудка, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-136, Б-18, Ж-6, У-4	66-00
180	Гарнир гречка с овощами <small>гречка, горошек зеленый консервир., морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-137, Б-6, Ж-6, У-19	25-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар-песок</small>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	9-00
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-578, Б-32, Ж-12, У-86	129-00
Итого за день		ККАЛ-1394, Б-63, Ж-42, У-189	258-00

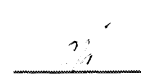
Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарлова
М.А.



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)
<u>завтрак</u>			
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	13-00
220	Каша дружба молочная с маслом	ККАЛ-176, Б-7, Ж-5, У-34	22-00
200	Чай Французский (с ванилью)	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			47-00
<u>обед</u>			
200/5/5	Борщ с фасолью, курицей, сметаной.	ККАЛ-109, Б-5, Ж-7, У-8	27-00
90	Бефстроганов с курицей.	ККАЛ-137, Б-14, Ж-8, У-4	56-00
150	Гарнир гречка с овощами	ККАЛ-114, Б-5, Ж-5, У-16	21-00
200	Напиток из шиповника	ККАЛ-97, Б-1, У-20	9-00
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			122-00
Итого за день			169-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

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)
<u>завтрак</u>			
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	13-00
270	Каша дружба молочная с маслом	ККАЛ-216, Б-8, Ж-6, У-41	29-00
200	Чай Французский (с ванилью)	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			54-00
<u>обед</u>			
250/5/5	Борщ с фасолью, курицей, сметаной.	ККАЛ-154, Б-8, Ж-8, У-12	32-00
100	Бефстроганов с курицей.	ККАЛ-152, Б-15, Ж-8, У-4	62-00
180	Гарнир гречка с овощами	ККАЛ-137, Б-6, Ж-6, У-19	25-00
200	Напиток из шиповника	ККАЛ-97, Б-1, У-20	9-00
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			138-00
Итого за день			192-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

меню п (ДИ, ОБЗ12 и старше 2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
250/5/5	Борщ с фасолью, курицей, сметаной <small>свекла свежая, капуста белокочанная свежая, фасоль, лук репчатый, куриный грудка, морковь свежая, томат-паста, масло сливочное 72.5%, сметана 15%, лимон свежий, чеснок свежий, сахар-песок, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-154, Б-8, Ж-8, У-12	32-00
100	Бефстроганов с курицей. <small>куриный грудка, лук репчатый, масло сливочное 72.5%, томат-паста, мука в/с, соль поваренная</small>	ККАЛ-152, Б-15, Ж-8, У-4	62-00
180	Гарнир гречка с овощами <small>гречка, горошек зеленый консервир., морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное 72.5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-137, Б-6, Ж-6, У-19	25-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар-песок</small>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	9-00
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-732, Б-37, Ж-22, У-95	138-00
<u>полдник</u>			
200	Кефир	ККАЛ-106, Б-6, Ж-5, У-8	20-00
125	Яблоки свежие	ККАЛ-67, У-19	20-00
80	Булочка Веснушка <small>мука в/с, масло растительное, сахар-песок, изюм, молоко сухое 25%, дрожжи сух</small>	ККАЛ-242, Б-5, Ж-8, У-36	14-00
Итого за полдник		ККАЛ-415, Б-11, Ж-13, У-63	54-00
Итого за день		ККАЛ-1147, Б-48, Ж-35, У-158	192-00

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

И.И. Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

меню п (ДИ, ОБЗ 7-11лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
200/5/5	Борщ с фасолью, курицей, сметаной. <small>свекла свежая, капуста белокочанная свежая, фасоль, лук репчатый, куриный грудка, морковь свежая, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72.5%, лимон свежий, соль поваренная, чеснок свежий, сахар-песок, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-109, Б-5, Ж-7, У-8	27-00
90	Бефстроганов с курицей. <small>куриный грудка, лук репчатый, масло сливочное 72.5%, томат-паста, мука в/с, соль поваренная</small>	ККАЛ-137, Б-14, Ж-8, У-4	56-00
150	Гарнир гречка с овощами <small>гречка, горошек зеленый консервир., морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное 72.5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-114, Б-5, Ж-5, У-16	21-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар-песок</small>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	9-00
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-625, Б-31, Ж-20, У-83	122-00
<u>полдник</u>			
200	Кефир	ККАЛ-106, Б-6, Ж-5, У-8	20-00
110	Яблоки свежие	ККАЛ-59, У-17	18-00
50	Булочка Веснушка <small>мука в/с, масло растительное, сахар-песок, изюм, молоко сухое 25%, дрожжи сух</small>	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23	9-00
Итого за полдник		ККАЛ-316, Б-9, Ж-10, У-48	47-00
Итого за день		ККАЛ-941, Б-40, Ж-30, У-131	169-00

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

И.И. Яковлева
М.Ф.

Фельдшер