

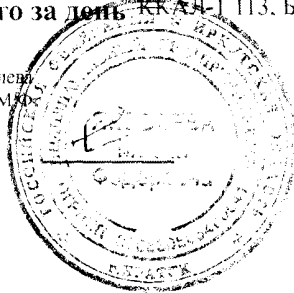
меню (7-11 летБП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	Пудинг творожно-апельсиновый. <i>творог свежий 9%, рис, сахар-песок, апельсины, яйцо, масло сливочное 72,5%, сухари паниров., сметана 15%, соль подпираванная</i>	ККАЛ-351, Б-15, Ж-10, У-49	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-611, Б-21, Ж-13, У-100	98-00
обед			
90	Бефстроганов с курицей <i>куры грудка, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль подпираванная</i>	ККАЛ-122, Б-16, Ж-5, У-3	59-00
155	Гарнир гречка с овощами <i>гречка, горошек зеленый консервир., морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль подпираванная</i>	ККАЛ-118, 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-502, Б-28, Ж-10, У-73	98-00
Итого за день		ККАЛ-1113, Б-49, Ж-23, У-173	196-00

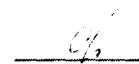
1. Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарова
М.А.



ИП Яковлева
М.Ю.



Фельдшер



меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
15	Масло сливочное	ККАЛ-99, Ж-11	20-00
230	Пудинг творожно-апельсиновый. <small>творог свежий 9%, рис, сахар-песок, апельсины, яйцо, масло сливочное 72,5%, сухари паниров., сметана 15%, соль йодированная</small>	ККАЛ-404, Б-17, Ж-12, У-57	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-778, Б-24, Ж-26, У-110	129-00
<u>обед</u>			
25	Огурец свежий порционный <small>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</small>	ККАЛ-4, 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	65-00
185	Гарнир гречка с овощами <small>гречка, горошек зеленый консервир., морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-6, Ж-6, У-19	26-00
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-579, Б-32, Ж-12, У-86	129-00
Итого за день		ККАЛ-1 357, Б-56, Ж-38, У-196	258-00

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



ИП Яковлева
М.Ф.

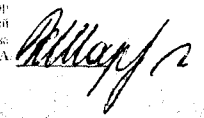


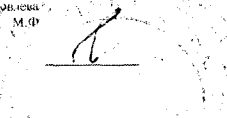
Фельдшер




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 дружба молочная с маслом <small>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль пищевая</small>	ККАЛ-176, Б-7, Ж-5, У-34	21-00
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
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-438, Б-12, Ж-13, У-74	46-00
<u>обед</u>			
200/5/5	Борщ с фасолью, курицей, сметаной. <small>свежеты свежие, капуста белокочанная свежая, фасоль лук репка, кури грудка, морковь свежая, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, соль пищевая, чеснок свежий, сахар-песок, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-109, Б-5, Ж-7, У-8	26-00
90	Бефстроганов с курицей <small>кури грудка, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука в с, соль пищевая</small>	ККАЛ-122, Б-16, Ж-5, У-3	59-00
150	Гарнир гречка с овощами <small>гречка, морковь, зеленый лук, свир, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль пищевая</small>	ККАЛ-114, Б-5, Ж-5, У-16	20-00
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-610, Б-33, Ж-17, У-82	123-00
Итого за день		ККАЛ-1 048, Б-45, Ж-30, У-156	169-00

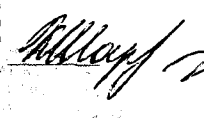
Директор
 МБОУ "Лицей
 № 3" Аскарово
 М.А. 

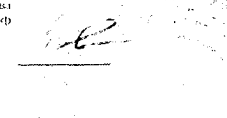
ИП Яковлева
 М.Ф. 


Фельдшер


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 дружба молочная с маслом <small>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль пищевая</small>	ККАЛ-216, Б-8, Ж-6, У-41	27-00
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
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-478, Б-13, Ж-14, У-81	52-00
<u>обед</u>			
250/5/5	Борщ с фасолью, курицей, сметаной <small>свежеты свежие, капуста белокочанная свежая, фасоль лук репка, кури грудка, морковь свежая, томат-паста, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, лимон свежий, чеснок свежий, сахар-песок, соль пищевая, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-154, Б-8, Ж-8, У-12	31-00
100	Бефстроганов с курицей <small>кури грудка, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука в с, соль пищевая</small>	ККАЛ-136, Б-18, Ж-6, У-4	65-00
180	Гарнир гречка с овощами <small>гречка, морковь, зеленый лук, свир, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль пищевая</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-716, Б-40, Ж-20, У-95	140-00
Итого за день		ККАЛ-1 194, Б-53, Ж-34, У-176	192-00

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

ИП Яковлева
 М.Ф. 

Фельдшер


25.01.2024

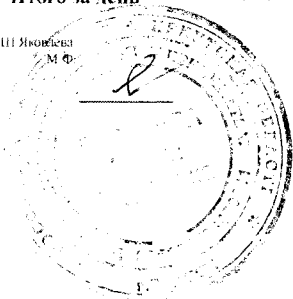
меню п (ДИ,ОВ312 и старше 2 смена)

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>свежая свежая капуста белокочанная свежая, фасоль, лук репчатый, курица грудка, морковь свежая, помидоры, 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	31-00
100	Бефстроганов с курицей <small>курица грудка, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука в с, соль поваренная</small>	ККАЛ-136, Б-18, Ж-6, У-4	67-00
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-716, Б-40, Ж-20, У-95	142-00
<u>полдник</u>			
200	Кефир	ККАЛ-106, Б-6, Ж-5, У-8	19-00
120	Яблоки свежие	ККАЛ-65, У-18	18-00
80	Булочка Веснушка <small>мука в с, масло растительное, сахар-песок, изюм, масло сливочное 25%, дрожжи сух</small>	ККАЛ-242, Б-5, Ж-8, У-36	13-00
Итого за полдник		ККАЛ-413, Б-11, Ж-13, У-62	50-00
Итого за день		ККАЛ-1129, Б-51, Ж-33, У-157	192-00

1
Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарова
М.А.

Ш.И. Яновлева
М.Ф.

Фельдшер



МБОУ СОШ № _____

25.01.2024

меню п (ДИ,ОВ3 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>свежая свежая капуста белокочанная свежая, фасоль, лук репчатый, курица грудка, морковь свежая, сметана 15%, помидоры, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, чеснок свежий, сахар-песок, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-109, Б-5, Ж-7, У-8	26-00
90	Бефстроганов с курицей <small>курица грудка, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука в с, соль поваренная</small>	ККАЛ-122, Б-16, Ж-5, У-3	59-00
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	20-00
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-610, Б-33, Ж-17, У-82	123-00
<u>полдник</u>			
200	Кефир	ККАЛ-106, Б-6, Ж-5, У-8	19-00
120	Яблоки свежие	ККАЛ-65, У-18	18-00
50	Булочка Веснушка <small>мука в с, масло растительное, сахар-песок, изюм, масло сливочное 25%, дрожжи сух</small>	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23	9-00
Итого за полдник		ККАЛ-322, Б-9, Ж-10, У-49	46-00
Итого за день		ККАЛ-932, Б-42, Ж-27, У-131	169-00

1
Директор
МБОУ "Лицей
№ 3" Аскарова
М.А.

Ш.И. Яновлева
М.Ф.

Фельдшер

