

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</u>			
220	Каша пшеничная молочная с маслом <i>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-190, Б-7 Ж-5, У-26	35-00
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	13-00
20	Сыр порциями	ККАЛ-75, Б-5, Ж-6	26-00
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
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-582, Б-20, Ж-23, У-68	98-00
<u>обед</u>			
95	Биточки школьные мясные <i>фарш мясной, хлеб белый в блода, сухари паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль йодированная</i>	ККАЛ-290, Б-12, Ж-13, У-14	66-00
150	Макароны отварные (рожки) <i>макароны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	15-00
200	Напиток Мандаринка <i>сахар-песок, облепиха с мор., мандарин, лимон свежий</i>	ККАЛ-48, У-11	8-00
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-660, Б-23, Ж-21, У-78	98-00
Итого за день		ККАЛ-1242, Б-42, Ж-44, У-146	196-00

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



ИП Яковлева
М.Ф.

2



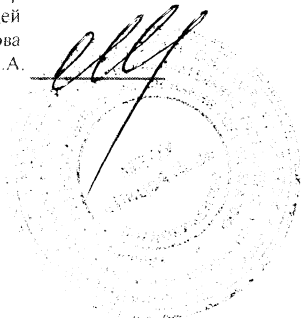
Учитель

2

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>			
150	Яблоки свежие	ККАЛ-81, Ж-1, У-23	24-00
250	Каша пшеничная молочная с маслом <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль подпорованная</small>	ККАЛ-216, Б-8, Ж-5, У-29	48-00
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	13-00
15	Сыр порциями	ККАЛ-56, Б-4, Ж-5	19-00
200	Какао с молоком <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, какао-порошок</small>	ККАЛ-113, Б-4, Ж-4, У-15	16-00
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-687, Б-21, Ж-23, У-97	129-00
<u>обед</u>			
45	Огурец свежий порционный <small>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</small>	ККАЛ-6, У-1	21-00
100	Биточки школьные мясные <small>фарш мясной, хлеб белый в кроша, сухари паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль подпорованная</small>	ККАЛ-305, Б-12, Ж-13, У-15	70-00
190	Макароньы отварные (рожки) <small>макароньы (рожки), масло сливочное 72,5%, соль подпорованная</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-10, У-24	19-00
200	Напиток Мандаринка <small>сахар-песок, облепиха св мор, мандарин, лимон свежий</small>	ККАЛ-48, У-11	8-00
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-759, Б-37, Ж-36, У-93	129-00
Итого за день		ККАЛ-1446, Б-58, Ж-59, У-190	258-00

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



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер

(Handwritten mark)

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			
220	Каша пшеничная молочная с маслом <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль подпорованная</small>	ККАЛ-190, Б-7, Ж-5, У-26	29-00
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	13-00
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		ККАЛ-452, Б-12, Ж-13, У-66	54-00
обед			
200/5	Суп картофельный с крупной курицей. <small>картофель св., лук репка, морковь свежая, кукурузка, пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль подпорованная, зелень сушен (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-133, Б-6, Ж-6, У-13	20-00
90	Биточки школьные мясные <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сухари пантров., масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль подпорованная</small>	ККАЛ-275, Б-11, Ж-12, У-13	63-00
150	Макаронные отварные (рожек) <small>макаронные (рожки), масло сливочное 72,5%, соль подпорованная</small>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	15-00
200	Напиток Мандаринка <small>сахар-песок, напиток св/мор, мандарин, лимон свежий</small>	ККАЛ-48, У-11	8-00
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-781, Б-28, Ж-26, У-91	115-00
Итого за день		ККАЛ-1 233, Б-40, Ж-39, У-157	169-00

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

НП Яковлева
М.Ф.



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			
270	Каша пшеничная молочная с маслом <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль подпорованная</small>	ККАЛ-233, Б-9, Ж-6, У-32	38-00
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	13-00
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		ККАЛ-495, Б-14, Ж-14, У-72	63-00
обед			
250/5	Суп картофельный с крупной курицей <small>картофель св., лук репка, морковь свежая, кукурузка, пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль подпорованная, зелень сушен (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-155, Б-7, Ж-7, У-16	23-00
100	Биточки школьные мясные <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сухари пантров., масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль подпорованная</small>	ККАЛ-305, Б-12, Ж-13, У-15	70-00
180	Макаронные отварные (рожек) <small>макаронные (рожки), масло сливочное 72,5%, соль подпорованная</small>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	18-00
200	Напиток Мандаринка <small>сахар-песок, напиток св/мор, мандарин, лимон свежий</small>	ККАЛ-48, У-11	8-00
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-888, Б-32, Ж-29, У-105	129-00
Итого за день		ККАЛ-1 383, Б-46, Ж-43, У-177	192-00

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

НП Яковлева
М.Ф.



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 поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-155, Б-7, Ж-7, У-16	23-00
100	Биточки школьные мясные <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сухари паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль поваренная</small>	ККАЛ-305, Б-12, Ж-13, У-15	70-00
180	Макаронные изделия (рожки) <small>макаронные (рожки), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	18-00
200	Напиток Мандаринка <small>сахар-песок, облепиха свежемороженая, мандарин, лимон свежий</small>	ККАЛ-48, У-11	8-00
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-888, Б-32, Ж-29, У-105	129-00
<i>полдник</i>			
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-54, У-15	17-00
70	Пицца с птицей <small>мука в/с, кури-филе, сыр твердый (типа российский), сметана 15%, яйцо, огурцы консервированные, сахар-песок, томат-паста, молоко сухое 25%, масло растительное, масло сливочное 72,5%, орегано сух.</small>	ККАЛ-188, Б-8, Ж-7, У-24	43-00
Итого за полдник		ККАЛ-283, Б-8, Ж-7, У-49	63-00
Итого за день		ККАЛ-1171, Б-40, Ж-36, У-154	192-00

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



ИП Яковлева

М.Ф.



Фельдшер



меню п (ДИ, ОВЗ 7-11 лет (2 смена))

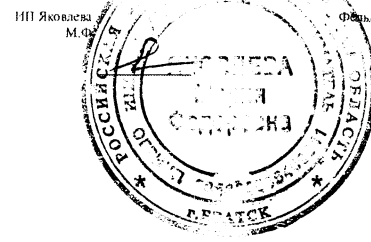
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>обед</i>			
200/5	Суп картофельный с крупой, курицей. <small>картофель св., лук репка, морковь свежая, кури грудка, пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-133, Б-6, Ж-6, У-13	20-00
90	Биточки школьные мясные <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сухари паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль поваренная</small>	ККАЛ-275, Б-11, Ж-12, У-13	63-00
150	Макаронные изделия (рожки) <small>макаронные (рожки), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	15-00
200	Напиток Мандаринка <small>сахар-песок, облепиха свежемороженая, мандарин, лимон свежий</small>	ККАЛ-48, У-11	8-00
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-781, Б-28, Ж-26, У-91	115-00
<i>полдник</i>			
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-54, У-15	17-00
50	Пицца с птицей <small>мука в/с, кури-филе, сыр твердый (типа российский), сметана 15%, яйцо, огурцы консервированные, сахар-песок, томат-паста, молоко сухое 25%, масло растительное, масло сливочное 72,5%, орегано сух.</small>	ККАЛ-135, Б-5, Ж-5, У-17	34-00
Итого за полдник		ККАЛ-230, Б-5, Ж-5, У-42	54-00
Итого за день		ККАЛ-1011, Б-33, Ж-31, У-133	169-00

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



ИП Яковлева

М.Ф.



Фельдшер

