

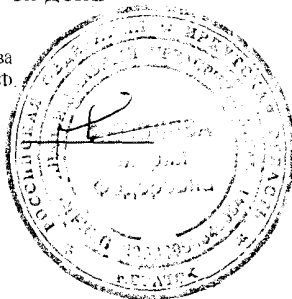
**меню (7-11 летБП)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
15	<b>Огурец солёный консерв.</b>	ККАЛ-2	9-00
90	<b>Ёжики кур</b> <i>куры грудка, рис, лук репка, масло растительное, соль подпорованная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-125, Б-10, Ж-10, У-13	54-00
35	<b>Соус Томат</b> <i>томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль подпорованная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-19, Ж-1, У-1	4-00
160	<b>Макароны отв (регатоны)</b> <i>макароны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль подпорованная</i>	ККАЛ-167, Б-5, Ж-8, У-20	14-00
200	<b>Чай Апельсиновый</b> <i>сахар-песок, апельсины св. лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-48, У-12	9-00
37	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-96, Б-3, Ж-1, У-19	6-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-491, Б-19, Ж-20, У-72	<b>98-00</b>
<b>обед</b>			
15	<b>Огурец солёный консерв.</b>	ККАЛ-2	9-00
90	<b>Биточки мясные на пару</b> <i>фарш мясной, хлеб белый в блода, сухари паниров., молоко сухое 25%, масло растительное, соль подпорованная</i>	ККАЛ-264, Б-5, Ж-16, У-22	59-00
170	<b>Пюре гороховое</b> <i>горох сухой, масло сливочное 72,5%, соль подпорованная</i>	ККАЛ-219, Б-10, Ж-9, У-22	16-00
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	5-00
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
28	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-48, Б-2, У-9	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-717, Б-21, Ж-25, У-94	<b>98-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 208, Б-40, Ж-45, У-166	<b>196-00</b>

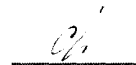
/Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 3" Аскарова  
М.А.



ИП Яковлева  
М.Ф.




Фельдшер



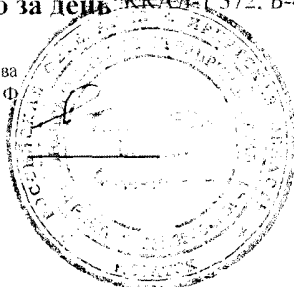
## меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
50	<b>Огурец солёный консерв.</b>	ККАЛ-7, У-1	<b>30-00</b>
100	<b>Ёжстики кур</b> <i>куры грудка, рис, лук репка, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-138, Б-11, Ж-11, У-14	<b>60-00</b>
40	<b>Соус Томат</b> <i>томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в с. соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-21, Ж-1, У-2	<b>5-00</b>
190	<b>Макароньы отв (регатоньы)</b> <i>макароньы (регатоньы), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-10, У-24	<b>17-00</b>
200	<b>Чай Апельсиновый</b> <i>сахар-песок, апельсины св, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-48, У-12	<b>9-00</b>
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	<b>6-00</b>
24	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-41, Б-2, У-8	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-558, Б-22, Ж-23, У-81	<b>129-00</b>
<b>обед</b>			
50	<b>Огурец солёный консерв.</b>	ККАЛ-7, У-1	<b>30-00</b>
100	<b>Биточки мясные на пару</b> <i>фарш мясной, хлеб белый в бляоа, сухари паниров., молока сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-294, Б-6, Ж-18, У-24	<b>66-00</b>
190	<b>Пюре гороховое</b> <i>горох сухой, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-244, Б-11, Ж-10, У-25	<b>17-00</b>
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	<b>5-00</b>
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-141, Б-5, У-30	<b>7-00</b>
36	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-61, Б-2, У-12	<b>4-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-814, Б-24, Ж-28, У-108	<b>129-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1372, Б-46, Ж-51, У-189	<b>258-00</b>

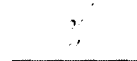
Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 3" Аскарова  
М.А.



ИП Яковлева  
М.Ф.



Фельдшер



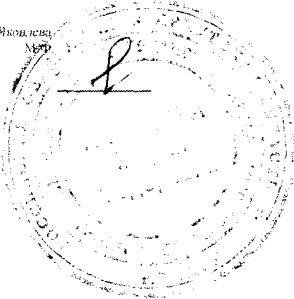
**меню (ДИ,ОВЗ 7-11лет (1 смена))**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
12	<b>Сыр порциями</b>	ККАЛ-45, Б-3, Ж-4	12-00
220	<b>Каша геркулес молочная с маслом</b> <small>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная</small>	ККАЛ-178, Б-8, Ж-4, У-28	28-00
200	<b>Чай Апельсиновый</b> <small>сахар-песок, апельсины свеж, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-48, У-12	9-00
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-426, Б-16, Ж-9, У-70	<b>58-00</b>
<u>обед</u>			
200	<b>Суп картофельный с сыром</b> <small>картофель свеж, морковь свежая, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, сыр твердый (типа российский), соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-138, Б-5, Ж-8, У-12	24-00
90	<b>Биточки мясные на пару</b> <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло растительное, соль поваренная</small>	ККАЛ-264, Б-5, Ж-16, У-22	59-00
150	<b>Пюре гороховое</b> <small>горох сухой, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-193, Б-9, Ж-8, У-20	14-00
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	5-00
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-830, Б-25, Ж-32, У-105	<b>111-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1256, Б-41, Ж-41, У-175	<b>169-00</b>


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



ИП Яковлева  
М.Ф.



Фельдшер



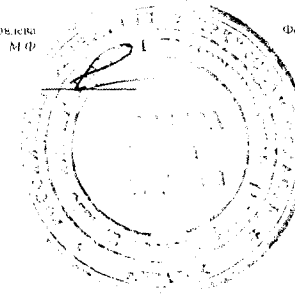
**меню (ДИ,ОВЗ12 и старше 1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
16	<b>Сыр порциями</b>	ККАЛ-60, Б-4, Ж-5	16-00
270	<b>Каша геркулес молочная с маслом</b> <small>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная</small>	ККАЛ-219, Б-10, Ж-5, У-35	30-00
200	<b>Чай Апельсиновый</b> <small>сахар-песок, апельсины свеж, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-48, У-12	9-00
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-482, Б-19, Ж-11, У-77	<b>64-00</b>
<u>обед</u>			
250	<b>Суп картофельный с сыром</b> <small>картофель свеж, морковь свежая, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, сыр твердый (типа российский), соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-172, Б-6, Ж-10, У-15	30-00
100	<b>Биточки мясные на пару</b> <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло растительное, соль поваренная</small>	ККАЛ-294, Б-6, Ж-18, У-24	66-00
180	<b>Пюре гороховое</b> <small>горох сухой, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-232, Б-11, Ж-10, У-24	16-00
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	5-00
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
36	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-61, Б-2, У-12	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-967, Б-30, Ж-38, У-121	<b>128-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1449, Б-49, Ж-49, У-198	<b>192-00</b>

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



ИП Яковлева  
М.Ф.



Фельдшер



## 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)
<i>обед</i>			
250	<b>Суп картофельный с сыром</b> <small>картофель св., морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, сыр твердый (типа российский), соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-172, Б-6, Ж-10, У-15	30-00
100	<b>Биточки мясные на пару</b> <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сухари паниров., молоко сухое 25%, масло растительное, соль поваренная</small>	ККАЛ-294, Б-6, Ж-18, У-24	66-00
180	<b>Пюре гороховое</b> <small>горох сухой, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-232, Б-11, Ж-10, У-24	16-00
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	5-00
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
36	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-61, Б-2, У-12	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-967, Б-30, Ж-38, У-121	<b>128-00</b>
<i>полдник</i>			
200	<b>Молоко свежее</b>	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-10	18-00
135	<b>Апельсин свежий</b>	ККАЛ-63, Б-1, У-16	28-00
80	<b>Булочка Ванильная</b> <small>мука в с., сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, дрожжи сухие, соль поваренная, ванилин</small>	ККАЛ-262, Б-6, Ж-6, У-46	18-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-433, Б-13, Ж-11, У-72	<b>64-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1400, Б-43, Ж-49, У-193	<b>192-00</b>

1  
Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 1" Аксарова  
М.А.

*Ильина*

Н.И. Яковлева

М.Ф.

Фельдшер

*Ильина*

## 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)
<i>обед</i>			
200	<b>Суп картофельный с сыром</b> <small>картофель св., морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, сыр твердый (типа российский), соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-138, Б-5, Ж-8, У-12	24-00
90	<b>Биточки мясные на пару</b> <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сухари паниров., молоко сухое 25%, масло растительное, соль поваренная</small>	ККАЛ-264, Б-5, Ж-16, У-22	59-00
150	<b>Пюре гороховое</b> <small>горох сухой, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-193, Б-9, Ж-8, У-20	14-00
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	5-00
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-830, Б-25, Ж-32, У-105	<b>111-00</b>
<i>полдник</i>			
200	<b>Молоко свежее</b>	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-10	18-00
135	<b>Апельсин свежий</b>	ККАЛ-63, Б-1, У-16	28-00
50	<b>Булочка Ванильная</b> <small>мука в с., сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, дрожжи сухие, соль поваренная, ванилин</small>	ККАЛ-164, Б-4, Ж-4, У-29	12-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-335, Б-11, Ж-9, У-55	<b>58-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1165, Б-36, Ж-41, У-160	<b>169-00</b>

1  
Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 1" Аксарова  
М.А.

*Ильина*

Н.И. Яковлева

М.Ф.

Фельдшер

*Ильина*