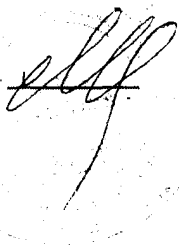


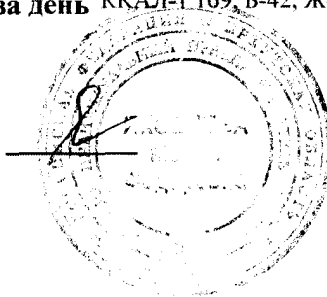
меню (7-11 летБП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
90	Гуляш из курицы с луком <i>куры грудка, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-125, Б-9, Ж-7, У-3	61-00
160	Гарнир каша перловая рассыпчатая <i>перловка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-203, Б-3, Ж-8, У-30	17-00
200	Чай с молоком <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</i>	ККАЛ-99, Б-3, Ж-3, У-15	12-00
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-557, Б-19, Ж-19, У-74	98-00
<u>обед</u>			
20	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-4, У-1	13-00
80/30	Тефтели мясные с соусом томат. <i>фарш мясной, лук репка, рис, мука в с, масло растительное, масло сливочное 72,5%, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-220, Б-12, Ж-19, У-15	56-00
150	Макаронь отв (регатонь) <i>макаронь (регатонь), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	14-00
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	6-00
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-612, Б-23, Ж-27, У-85	98-00
Итого за день		ККАЛ-1169, Б-42, Ж-46, У-159	196-00

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



ИП Яковлева
М.Ф.



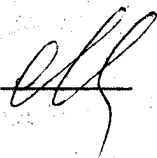
Фельдшер



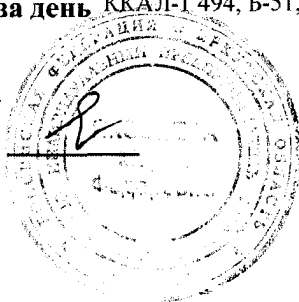
меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
40	Помидор свежий порционный <i>помидоры св. масло растительное</i>	ККАЛ-9, У-2	26-00
100	Гуляш из курицы с луком <i>кури грудка, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-139, Б-10, Ж-8, У-3	61-50
190	Гарнир каша перловая рассыпчатая <i>перловка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-241, Б-3, Ж-9, У-36	21-00
200	Чай с молоком <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</i>	ККАЛ-99, Б-3, Ж-3, У-15	12-00
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-633, Б-21, Ж-21, У-84	129-00
<u>обед</u>			
40	Помидор свежий порционный <i>помидоры св. масло растительное</i>	ККАЛ-9, У-2	26-00
100	Тефтели мясные. <i>фарш мясной, лук репка, рис, масло растительное, мука в с, масло сливочное 72,5%</i>	ККАЛ-339, Б-16, Ж-29, У-26	61-00
50	Соус Томат <i>томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-27, Ж-2, У-2	7-00
180	Макароны отв (регатоны) <i>макароны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	17-00
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	6-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-861, Б-30, Ж-41, У-116	129-00
Итого за день		ККАЛ-1 494, Б-51, Ж-62, У-200	258-00

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



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер



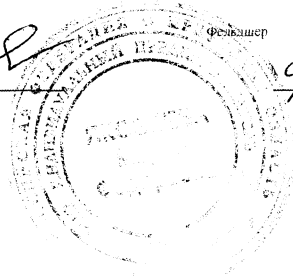
меню (ДИ, ОВЗ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 7 и			
15	Масло сливочное.	ККАЛ-99 Ж-11	17
225	Каша "Черноморочка" пшениая <i>Пшено, Молоко 3,2%, Чернослив, Масло сливочное в блюде., Сахар, Вода</i>	ККАЛ-278, Б-7, Ж-11, У-39	25
200	Чай цитрусовый . <i>Чай, Сахар, Апельсин, Лимон, Вода</i>	ККАЛ-60, У-16	6
40	Батон	ККАЛ-86, Б-3, Ж-1, У-20	6
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7	2
Итого за Завтрак 7 и			56
Обед 7 и			
200	Кулеш с птицей <i>Филе куриное, Пшено, Лук репка, Масло сливочное в блюде., Вода</i>	ККАЛ-121, Б-5, Ж-6, У-10	22
80	Котлета мясная с овощами . <i>фарш мясной, Яйцо, Капуста св, Морковь св, Сметана 15%, Масло сливочное в блюде., Соль, Мука, Масса п.ф, Масло растительное</i>	ККАЛ-160, Б-11, Ж-14, У-5	47
150	Картофель тушеный с овощами и томатом <i>Картофель св, Лук репка, Морковь св, Масло сливочное в блюде., Томат-паста, Лавровый лист, Чеснок св, Вода</i>	ККАЛ-161, Б-3, Ж-6, У-26	26
200	Напиток "Янтарный". <i>Сухофрукты, Лимон, Мед, Яблоки, Вода</i>	ККАЛ-101, Б-1, У-25	9
50	Хлеб белый пшеничный	ККАЛ-113, Б-4, У-25	6
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-54, Б-2, У-10	3
Итого за Обед 7 и			113
Итого за			169

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

ИП Яковлева
М.Ф.

Фельдшер



меню (ДИ, ОВЗ, 12 и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 1и			
270	Каша "Черноморочка" пшениая <i>Пшено, Молоко 3,2%, Чернослив, Масло сливочное в блюде., Сахар, Вода</i>	ККАЛ-334, Б-9, Ж-13, У-47	28
200	Чай цитрусовый . <i>Чай, Сахар, Апельсин, Лимон, Вода</i>	ККАЛ-60, У-16	6
50	Батон	ККАЛ-111, Б-3, Ж-1, У-25	7
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-54, Б-2, У-10	3
Итого за Завтрак 1и			44
Обед 11 и			
250	Кулеш с птицей <i>Филе куриное, Пшено, Лук репка, Масло сливочное в блюде., Вода</i>	ККАЛ-151, Б-6, Ж-7, У-13	28
100	Котлета мясная с овощами . <i>фарш мясной, Яйцо, Капуста св, Морковь св, Сметана 15%, Масло сливочное в блюде., Соль, Мука, Масса п.ф, Масло растительное</i>	ККАЛ-225, Б-13, Ж-16, У-7	68
200	Картофель тушеный с овощами и томатом <i>Картофель св, Лук репка, Морковь св, Масло сливочное в блюде., Томат-паста, Лавровый лист, Чеснок св, Вода</i>	ККАЛ-215, Б-4, Ж-7, У-34	33
200	Напиток "Янтарный". <i>Сухофрукты, Лимон, Мед, Яблоки, Вода</i>	ККАЛ-101, Б-1, У-25	9
60	Хлеб белый пшеничный	ККАЛ-136, Б-5, Ж-1, У-30	7
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-54, Б-2, У-10	3
Итого за Обед 11 и			148
Итого за			192

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

ИП Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

