

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)
завтрак			
220	Каша манная молочная с маслом манка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная	ККАЛ-145, Б-5, Ж-7, У-18	26-00
200	Чай Русский сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-41, У-10	3-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак			40-00
обед			
190/5/5	Суп овощной с курицей сметаной. картофель св., капуста белокачанная свежая, лук репчат., морковь свежая, куриные грудки, горошек зеленый консервир., сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-101, Б-4, Ж-7, У-8	33-00
240	Азу с курицей. картофель св., куриные грудки, лук репчат., морковь консервированная, масло сливочное 72,5%, томаты-паста, мука в с., соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-418, Б-12, Ж-19, У-42	85-00
200	Компот из смеси ягод ягоды: фруктовая смесь, мороженая черника, вишня, яблоки, сахар-песок, лимон свежий	ККАЛ-53, У-13	11-00
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			138-00
Итого за день			178-00

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

Н.И. 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)
завтрак			
270	Каша манная молочная с маслом манка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная	ККАЛ-178, Б-6, Ж-9, У-22	42-00
200	Чай Русский сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-41, У-10	3-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак			56-00
обед			
250/5/5	Суп овощной с курицей сметаной картофель св., капуста белокачанная свежая, лук репчат., морковь свежая, горошек зеленый консервир., куриные грудки, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-153, Б-7, Ж-10, У-11	42-00
70/30	Биточки или котлеты кур (духовые) с соусом молочным куриные грудки, хлеб белый в крошки, лук репчат., молоко сухое 25%, мука в с., масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-139, Б-7, Ж-4, У-21	46-00
180	Горошница - пюре горох сухой, лук репчат., морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль поваренная	ККАЛ-198, Б-11, Ж-6, У-24	35-00
200	Компот из смеси ягод ягоды: фруктовая смесь, мороженая черника, вишня, яблоки, сахар-песок, лимон свежий	ККАЛ-53, У-13	11-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	7-00
36	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за обед			145-00
Итого за день			201-00

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

Н.И. Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

меню (ДИ, ОВЗ12 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	Суп овощной с курицей сметаной картофель св., капуста белокочанная свежая, лук репчатый, морковь свежая, горошек зеленый консервированный, куриные грудки, масло сливочное 72,3%, соль поваренная, лавровый лист, петрушка, душистый перец	ККАЛ-153, Б-7, Ж-10, У-11	42-00
70/30	Биточки или котлеты кур (духовые) с соусом молочным куриные грудки, хлеб белый в крошках, лук репчатый, молоко сухое 25%, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, яйцо куриное, соль поваренная, лавровый лист, петрушка	ККАЛ-139, Б-7, Ж-4, У-21	46-00
180	Горошница - пюре горошек зеленый консервированный, лук репчатый, морковь свежая, масло сливочное 72,3%, соль поваренная	ККАЛ-198, Б-11, Ж-6, У-24	35-00
200	Компот из смеси ягод ягоды фруктовые смесь (содержит черную, белую, желтую, смородиновую, малиновое, лимон свежий)	ККАЛ-53, У-13	11-00
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			145-00
<u>полдник</u>			
200	Чай Русский сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-41, У-10	3-00
120	Яблоки свежие	ККАЛ-65, У-18	21-00
45	Слойка с сыром тесто слоистое пресное, сыр твердый (типа российский), лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное	ККАЛ-199, Б-7, Ж-4, У-36	32-00
Итого за полдник			56-00
Итого за день			201-00

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

Н.И. Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

меню (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)
<u>обед</u>			
190/5/5	Суп овощной с курицей сметаной. картофель св., капуста белокочанная свежая, лук репчатый, морковь свежая, куриные грудки, горошек зеленый консервированный, куриные грудки, масло сливочное 72,3%, соль поваренная, лавровый лист, петрушка, душистый перец	ККАЛ-101, Б-4, Ж-7, У-8	33-00
240	Азу с курицей. картофель св., куриные грудки, лук репчатый, морковь свежая, куриные грудки, горошек зеленый консервированный, куриные грудки, масло сливочное 72,3%, соль поваренная, лавровый лист, петрушка	ККАЛ-418, Б-12, Ж-19, У-42	85-00
200	Компот из смеси ягод ягоды фруктовые смесь (содержит черную, белую, желтую, смородиновую, малиновое, лимон свежий)	ККАЛ-53, У-13	11-00
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			138-00
<u>полдник</u>			
200	Чай Русский сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-41, У-10	3-00
115	Яблоки свежие	ККАЛ-62, У-18	20-00
40	Булочка творожная тесто слоистое слоистое 2%, сахар-песок, яйцо куриное, масло растительное, сахарная пудра, молоко сухое 25%, творог свежий, соль поваренная	ККАЛ-132, Б-4, Ж-7, У-18	17-00
Итого за полдник			40-00
Итого за день			178-00

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

Н.И. 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)
завтрак			
220	Каша рисовая молочная с маслом рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная	ККАЛ-309, Б-8, Ж-22, У-41	33-00
200/6	Чай с лимоном.. сахар-песок, лимон свежий, чай байховый	ККАЛ-44, У-11	6-00
50	Батон белый.	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак			50-00
обед			
200/5	Суп гороховый с курицей. картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, куриные грудки, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, лавровый лист	ККАЛ-148, Б-9, Ж-7, У-13	25-00
90	Гуляш из курицы с морковью. куриные грудки, морковь свежая, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная, соль поваренная	ККАЛ-138, Б-15, Ж-7, У-4	54-00
150	Макаронные изделия отварные (спагетти) макаронные изделия, масло сливочное 72,5%, соль поваренная	ККАЛ-174, Б-5, Ж-8, У-30	26-00
200	Напиток яблочный яблоки свежие, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-57, У-15	14-00
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			128-00
Итого за день			178-00

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

НП 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)
завтрак			
270	Каша рисовая молочная с маслом рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная	ККАЛ-379, Б-9, Ж-27, У-51	37-00
200/6	Чай с лимоном.. сахар-песок, лимон свежий, чай байховый	ККАЛ-44, У-11	6-00
50	Батон белый.	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак			54-00
обед			
250/5	Суп гороховый с курицей картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, куриные грудки, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, лавровый лист	ККАЛ-177, Б-10, Ж-7, У-18	31-00
100	Гуляш из курицы с морковью. куриные грудки, морковь свежая, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная, соль поваренная	ККАЛ-153, Б-17, Ж-8, У-4	60-00
180	Макаронные изделия отварные (спагетти) макаронные изделия, масло сливочное 72,5%, соль поваренная	ККАЛ-209, Б-6, Ж-10, У-36	31-00
200	Напиток яблочный яблоки свежие, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-57, У-15	14-00
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			147-00
Итого за день			201-00

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

НП Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

меню (ДИ, ОВЗ 12 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	Суп гороховый с курицей картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, куриные грудки, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень	ККАЛ-177, Б-10, Ж-7, У-18	31-00
100	Гуляш из курицы с морковью. куриные грудки, морковь свежая, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная, соль поваренная	ККАЛ-153, Б-17, Ж-8, У-4	60-00
180	Макаронные изделия отварные (спагетти) макаронные изделия (спагетти), масло сливочное 72,5%, соль поваренная	ККАЛ-209, Б-6, Ж-10, У-36	31-00
200	Напиток яблочный яблоки свежие, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-57, У-15	14-00
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			147-00
<u>полдник</u>			
200/5	Чай с лимоном сахар-песок, лимон свежий, чай безыгодный	ККАЛ-43, У-11	6-00
65	Ватрушка с творогом мука пшеничная, творог свежий 5%, сахар-песок, масло растительное, молоко сухое 25%, яйца, дрожжи сухие	ККАЛ-216, Б-7, Ж-11, У-31	27-00
120	Яблоки свежие	ККАЛ-65, У-18	21-00
Итого за полдник			54-00
Итого за день			201-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

меню (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)
<u>обед</u>			
200/5	Суп гороховый с курицей. картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, куриные грудки, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень	ККАЛ-148, Б-9, Ж-7, У-13	25-00
90	Гуляш из курицы с морковью. куриные грудки, морковь свежая, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная, соль поваренная	ККАЛ-138, Б-15, Ж-7, У-4	54-00
150	Макаронные изделия отварные (спагетти) макаронные изделия (спагетти), масло сливочное 72,5%, соль поваренная	ККАЛ-174, Б-5, Ж-8, У-30	26-00
200	Напиток яблочный яблоки свежие, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-57, У-15	14-00
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			128-00
<u>полдник</u>			
200/5	Чай с лимоном сахар-песок, лимон свежий, чай безыгодный	ККАЛ-43, У-11	6-00
55	Ватрушка с творогом мука пшеничная, творог свежий 5%, сахар-песок, масло растительное, молоко сухое 25%, яйца, дрожжи сухие	ККАЛ-183, Б-6, Ж-10, У-26	23-00
120	Яблоки свежие	ККАЛ-65, У-18	21-00
Итого за полдник			50-00
Итого за день			178-00

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

ИИ 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>			
220	Каша пшенная молочная с маслом пшено шлифованное, молоко сгущенное 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная	ККАЛ-243, Б-10, Ж-14, У-40	38-00
200	Чай Французский (с ванилью) сахар-песок, чай байховый, ванилин	ККАЛ-41, У-10	4-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак			53-00
<u>обед</u>			
200/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной. картофель св. сорта свежий, морковь свежая, лук репка, кури грудка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, сахар-песок, соль поваренная, лавровый лист, чеснок свежий, зелень сушеная (укроп, петрушка)	ККАЛ-131, Б-5, Ж-7, У-12	37-00
240	Плов из курицы. рис о п., морковь свежая, кури грудка, лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль поваренная, зелень сушеная (укроп, петрушка)	ККАЛ-345, Б-16, Ж-9, У-49	72-00
200	Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-67, У-16	7-00
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			125-00
Итого за день			178-00

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

И.И. 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>			
270	Каша пшенная молочная с маслом пшено шлифованное, молоко сгущенное 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная	ККАЛ-299, Б-12, Ж-17, У-49	40-00
200	Чай Французский (с ванилью) сахар-песок, чай байховый, ванилин	ККАЛ-41, У-10	4-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак			55-00
<u>обед</u>			
250/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной картофель св. сорта свежий, морковь свежая, лук репка, кури грудка, томат-паста, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, лимон свежий, сахар-песок, соль поваренная, чеснок свежий, лавровый лист, зелень сушеная (укроп, петрушка)	ККАЛ-164, Б-7, Ж-8, У-15	44-00
280	Плов из курицы. рис о п., морковь свежая, кури грудка, лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль поваренная, зелень сушеная (укроп, петрушка)	ККАЛ-402, Б-19, Ж-11, У-57	84-00
200	Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-67, У-16	7-00
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			146-00
Итого за день			201-00

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

И.И. Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

меню (ДИ,ОВ312 и старше 2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
обед			
250/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной картофель св., свекла свежая, морковь свежая, лук репчатый, курица грудка, томат-паста, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, лавровый лист, сахар-песок, соль поваренная, чеснок свежий, лавровый лист, зелень сушеная (укроп, петрушка)	ККАЛ-164, Б-7, Ж-8, У-15	44-00
280	Плов из курицы. рис о.п., морковь свежая, курица грудка, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль поваренная, зелень сушеная (укроп, петрушка)	ККАЛ-402, Б-19, Ж-11, У-57	84-00
200	Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-67, У-16	7-00
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			146-00
полдник			
200	Чай Французский (с ванилью) сахар-песок, чай байховый, ванилин	ККАЛ-41, У-10	4-00
120	Яблоки свежие	ККАЛ-65, У-18	21-00
75	Пирожок с яблоком мука в.с., яблоко, сахар-песок, молоко сухое 25%, яйцо, масло сливочное 72,5%, масло растительное, сахарная пудра, дрожжи сух.	ККАЛ-201, Б-6, Ж-9, У-34	30-00
Итого за полдник			55-00
Итого за день			201-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

меню (ДИ,ОВ3 7-11лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
обед			
200/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной. картофель св., свекла свежая, морковь свежая, лук репчатый, курица грудка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лавровый лист, сахар-песок, соль поваренная, лавровый лист, чеснок свежий, зелень сушеная (укроп, петрушка)	ККАЛ-131, Б-5, Ж-7, У-12	37-00
240	Плов из курицы. рис о.п., морковь свежая, курица грудка, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль поваренная, зелень сушеная (укроп, петрушка)	ККАЛ-345, Б-16, Ж-9, У-49	72-00
200	Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-67, У-16	7-00
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			125-00
полдник			
200	Чай Французский (с ванилью) сахар-песок, чай байховый, ванилин	ККАЛ-41, У-10	4-00
120	Яблоки свежие	ККАЛ-65, У-18	21-00
70	Пирожок с яблоком мука в.с., яблоко, сахар-песок, молоко сухое 25%, яйцо, масло сливочное 72,5%, масло растительное, сахарная пудра, дрожжи сух.	ККАЛ-187, Б-5, Ж-9, У-32	28-00
Итого за полдник			53-00
Итого за день			178-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер