


Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
88	Гуляш из свинины <i>свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-27, Углеводы-3, Калорийность-289	
160	Макаронны отварные с маслом. <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	
59	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-29, Калорийность-139	
<u>Завтрак2</u>			
20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
727	Итого за 1-я смена	Белки-22, Жиры-33, Углеводы-115, Калорийность-843	78-30
<u>Обед</u>			
100	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136	
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	
20	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-15, Калорийность-80	
90	Гуляш из свинины <i>свинина б/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-27, Углеводы-3, Калорийность-295	
160	Макаронны отварные с маслом. <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260	
200	Напиток из шиповника <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-32, Калорийность-133	
23	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-54	
25	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	
<u>Полдник</u>			
20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
1 038	Итого за 2-я смена	Белки-29, Жиры-45, Углеводы-170, Калорийность-1 222	108-07

Бухгалтер-
калькулятор  Першина Т.П.

Генеральный директор  Затонский Д.А.

Согласовано
Директор 



Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
80/20	Котлета рыбная из минтая с томатным соусом <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное / томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-5, Калорийность-152	
160	Картофельное пюре. <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-28, Калорийность-179	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	
Завтрак2			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
765	Итого за 1-я смена	Белки-21, Жиры-18, Углеводы-111, Калорийность-685	78-30
Обед			
85	Салат "Стенной". <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зеленый, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-89	
200	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95	
80/30	Котлета рыбная из минтая с томатным соусом <i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное / томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-6, Калорийность-158	
160	Картофельное пюре. <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-28, Калорийность-179	
200	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-19, Калорийность-76	
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	
26	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-47	
Полдник			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
1 056	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-27, Углеводы-134, Калорийность-879	108-07

Бухгалтер-калькулятор  Першина Т.П.

Генеральный директор  Затонский Д.А.

Согласовано
Директор 



Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

85	Салат из свеклы отварной <i>свекла в/к, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-9, Калорийность-104	
165	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-18, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-238	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
53	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-26, Калорийность-125	

Завтрак2

20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	

728 **Итого за 1-я смена** Белки-25, Жиры-13, Углеводы-109, Калорийность-653 **78-30**

Обед

90	Салат из свеклы отварной <i>свекла в/к, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-8, Углеводы-9, Калорийность-110	
200	Суп с домашней лапшой <i>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	
220	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-24, Жиры-6, Углеводы-43, Калорийность-318	
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	
23	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-8, Калорийность-42	


Полдник

20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	

978 **Итого за 2-я смена** Белки-33, Жиры-23, Углеводы-124, Калорийность-831 **108-07**

Бухгалтер-калькулятор  Пермина Т.П.

Генеральный директор  Затонский Д.А.

Согласовано
Директор 



Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

50	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-65	
200/5	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшени, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-247	
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
190	Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-135	
26	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	
<u>Завтрак2</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
921	Итого за 1-я смена	Белки-17, Жиры-12, Углеводы-150, Калорийность-777	78-30

Обед

60	Салат "Столичный" с солёным огурцом <i>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-115	
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77	
210	Каша гречневая с отварной курицей (филе) <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-22, Жиры-19, Калорийность-348	
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	
34	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-62	
<u>Полдник</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		
979	Итого за 2-я смена	Белки-35, Жиры-34, Углеводы-106, Калорийность-955	108-07

Бухгалтер-калькулятор



Першина Т.П.

Генеральный директор



Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

	Котлета рыбная из горбуши		
60/40	"Школьная" с томатным соусом <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2,5%, яйца куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная / томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-101	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
16	Сушки	Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-54	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	

Завтрак2

20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

721 **Итого за 1-я смена** Белки-12, Жиры-10, Углеводы-100, Калорийность-537 **78-30**

Обед

85	Салат из моркови (припущ). <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-13, Калорийность-122	
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	
15	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-12, Калорийность-60	
	Котлета рыбная из горбуши		
60/30	"Школьная" с томатным соусом <i>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2,5%, яйца куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная / томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-95	
150/5	Картофель отварной <i>картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156	
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
27	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-49	

Полдник

20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

992 **Итого за 2-я смена** Белки-17, Жиры-19, Углеводы-135, Калорийность-786

Бухгалтер-
калькулятор  Першина Т.П.

Генеральный
директор  Д.А. Затонский

Согласовано
Директор 



Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
230	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-15, Жиры-25, Углеводы-53, Калорийность-507	56-40
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-28
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-02
<u>Завтрак2</u>			
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	4-49
200	Чай б/с		0-77
744	Итого за 1-я смена	Белки-22, Жиры-30, Углеводы-144, Калорийность-944	74-26
<u>Обед</u>			
70	Салат из свеклы с зеленым горошком <i>свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-51	13-86
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-93	10-93
220	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-15, Жиры-24, Углеводы-51, Калорийность-485	53-95
200	Компот из свежих яблок с лимоном шк <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	15-27
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-02
<u>Полдник</u>			
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	4-49
200	Чай б/с		0-77
984	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-38, Углеводы-145, Калорийность-995	103-71

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Звонский

Согласовано
Директор

Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

100 Гуляш из филе кур

филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с

Белки-12, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-109

160 Макароны отварные с маслом.

макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная

Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260

17 Печенье сахарное

200 Чай с сахаром

сахар-песок, чай черный лист

Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71

Углеводы-15, Калорийность-60

29 Хлеб пшеничный.

Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68

Завтрак2

50 Пряник

200 Чай б/с

Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176

756

Итого за 1-я смена

Белки-25, Жиры-18, Углеводы-131,
Калорийность-743

78-30

Обед

65 Салат из красной фасоли

фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная

Белки-5, Жиры-4, Калорийность-91

200 Свекольник.

свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста

Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-95

10 Сметана к I блюдам.

Жиры-2, Калорийность-16

90 Гуляш из филе кур

филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с

Белки-11, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-98

160 Макароны отварные с маслом.

макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная

Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260

200 Компот из сухофруктов

смесь сухофруктов, сахар-песок

Углеводы-29, Калорийность-120

30 Хлеб пшеничный.

Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71

32 Хлеб ржано-пшеничный.

Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-58

Полдник

50 Пряник

200 Чай б/с

Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176

1 037

Итого за 2-я смена

Белки-32, Жиры-24, Углеводы-159,
Калорийность-984

108-07

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор



Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

65/20 **Чиполлетти из говядины из п/ф с томатным соусом**

чиполлетти из говядины п/ф замороженные 65гр, масло подсолнечное / томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок

Белки-14, Жиры-8, Углеводы-12, Калорийность-178

180 **Рис припущенный**

крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная

Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47, Калорийность-269

200 **Какао с молоком**

молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)

Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142

36 **Хлеб пшеничный.**

Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-85

Завтрак2

30 **Печенье Галеты**

Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-97

200/5 **Чай с лимоном**

сахар-песок, лимон, чай черный лист

Углеводы-15, Калорийность-61

736

Итого за 1-я смена Белки-28, Жиры-20, Углеводы-134,
Калорийность-831

78-30

Обед

90 **Салат Здоровье**

морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная

Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-94

200 **Суп крестьянский с крупой**

капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная

Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95

65/35 **Чиполлетти из говядины из п/ф с томатным соусом**

чиполлетти из говядины п/ф замороженные 65гр, масло подсолнечное / томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок

Белки-14, Жиры-8, Углеводы-13, Калорийность-187

200 **Рис припущенный**

крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная

Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299

200 **Компот из чернослива**

чернослив, сахар-песок

Белки-1, Калорийность-118

24 **Хлеб пшеничный.**

Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-56

25 **Хлеб ржано-пшеничный.**

Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45

Полдник

30 **Печенье Галеты**

Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-97

200/5 **Чай с лимоном**

сахар-песок, лимон, чай черный лист

Углеводы-15, Калорийность-61

1 074

Итого за 2-я смена Белки-31, Жиры-28, Углеводы-139,
Калорийность-1 051

108-07

Бухгалтер-
калькулятор Perшина Т.П.

Генеральный
директор _____

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор _____

