

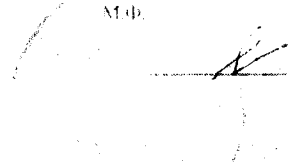
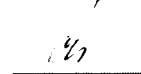
## меню (7-11 лет БП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
19	<b>Огурец свежий горизонтальный</b> <i>огурец, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок свежий</i>	ККАЛ-1	7-00
235	<b>Омлет крестьянский.</b> <i>яйра, картофель свежий, лук репка, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль подпорованная</i>	ККАЛ-278, Б-15, Ж-17, У-17	72-00
269	<b>Чай Братский с молоком.</b> <i>сахар песок, молоко сухое 25%, чай байховый</i>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	11-00
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
29	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-507, Б-22, Ж-19, У-69	<b>98-00</b>
<u>обед</u>			
90	<b>Гуляш из курицы с морковью</b> <i>курица, морковь, лук репка, картофель, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, мука в с, соль подпорованная</i>	ККАЛ-138, Б-15, Ж-7, У-4	57-00
155	<b>Макаронные изделия твердые (спагетти)</b> <i>макаронные изделия, масло сливочное 72,5%, соль подпорованная</i>	ККАЛ-162, Б-5, Ж-8, У-20	20-00
200	<b>Напиток яблочный</b> <i>яблоки, сахар, лимонная кислота, лимонный сок</i>	ККАЛ-57, У-15	12-00
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-522, Б-26, Ж-15, У-73	<b>98-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 029, Б-48, Ж-34, У-142	<b>196-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ № 3  
Александрова М.А.

Школа № 3  
И.И. Яковлева  
М.Ф.

Фельдшер

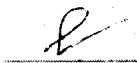
## меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
50	<b>Огурец свежий горчицонный</b> <i>огурцы свеж., зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок свеж., соль</i>	ККАЛ-7, У-1	34-00
250	<b>Омлет крестьянский.</b> <i>яйцо, картофель свеж., лук репчат., масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль подпорованная</i>	ККАЛ-296, Б-16, Ж-18, У-18	76-00
200	<b>Чай Братский с молоком.</b> <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай белый</i>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	11-00
40	<b>Буллон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-531, Б-23, Ж-20, У-71	<b>129-00</b>
<u>обед</u>			
30	<b>Помидор свежий с маслом растительным</b> <i>помидоры свежие, масло растительное</i>	ККАЛ-33, Ж-3, У-1	18-00
100	<b>Гуляш из курицы с морковью</b> <i>курица, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, мука в/с, соль подпорованная</i>	ККАЛ-153, Б-16, Ж-8, У-5	63-00
200	<b>Макаронные изделия отварные (спагетти)</b> <i>макаронные изделия, масло сливочное 72,5%, соль подпорованная</i>	ККАЛ-209, Б-7, Ж-10, У-25	25-00
200	<b>Напиток яблочный</b> <i>яблоки свежие, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-57, У-15	12-00
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-61, Б-2, У-12	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-654, Б-30, Ж-21, У-88	<b>129-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1185, Б-53, Ж-41, У-159	<b>258-00</b>

Директор  
МБОУ "Лицей"  
№ 3 г. Азаровск  
М.А.



И.И. Яковлева  
М.Ф.



Фельдшер



**меню (ДМ, ОБЗ 7-11 лет (1 смена))**

**меню (ДМ, ОБЗ12 и старше 1 смена)**

Взвешивание	Наименование блюда	н. п. в. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
220	Каша рисовая молочная с маслом	ККАЛ-151, Б-5, Ж-7, У-20	24-00
10	Сыр порциями	ККАЛ-38, Б-2, Ж-1	10-00
200	Чай Братский с молоком.	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-75	11-00
40	Батон белый.	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за завтрак</b>		<b>ККАЛ-143, Б-15, Ж-12, У-75</b>	<b>54-00</b>
<u>обед</u>			
200/5	Суп гороховый с курицей.	ККАЛ-118, Б-9, Ж-7, У-13	18-00
90	ККАЛ-138, Б-15, Ж-7, У-11	57-00	
150	Макаронные изделия отварные (спагетти)	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	19-00
200	Напиток яблочный	ККАЛ-57, У-15	12-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>		<b>ККАЛ-668, Б-35, Ж-22, У-86</b>	<b>115-00</b>
<b>Итого за день</b>		<b>ККАЛ-1402, Б-50, Ж-34, У-161</b>	<b>169-00</b>

Взвешивание	Наименование блюда	н. п. в. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
270	Каша рисовая молочная с маслом	ККАЛ-155, Б-6, Ж-9, У-24	32-00
10	Сыр порциями	ККАЛ-38, Б-2, Ж-1	10-00
200	Чай Братский с молоком.	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-75	11-00
40	Батон белый.	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за завтрак</b>		<b>ККАЛ-168, Б-16, Ж-11, У-79</b>	<b>62-00</b>
<u>обед</u>			
250/5	Суп гороховый с курицей	ККАЛ-177, Б-10, Ж-7, У-18	22-00
100	Гуляш из курицы с морковью	ККАЛ-153, Б-16, Ж-8, У-15	63-00
180	Макаронные изделия отварные (спагетти)	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	22-00
200	Напиток яблочный	ККАЛ-57, У-15	12-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
36	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	4-00
<b>Итого за обед</b>		<b>ККАЛ-777, Б-39, Ж-24, У-103</b>	<b>130-00</b>
<b>Итого за день</b>		<b>ККАЛ-1245, Б-55, Ж-38, У-182</b>	<b>192-00</b>

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

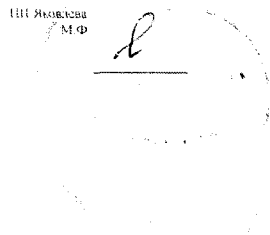
И.И. Яковлева  
М.Ф.

Фельдшер

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

И.И. Яковлева  
М.Ф.

Фельдшер





13.02.2024

## 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)
<u>обед</u>			
250/5	<b>Суп гороховый с курицей</b> <small>картофель св., морковь сухая, морковь свежая, лук репчатый, курица грудка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-177, Б-10, Ж-7, У-18	22-00
100	<b>Гуляш из курицы с морковью</b> <small>курица грудка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, майонез столовый 25%, мука в.с., соль поваренная</small>	ККАЛ-153, Б-16, Ж-8, У-5	63-00
180	<b>Макаронные изделия отварные (спагетти)</b> <small>макаронные (спагетти), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	22-00
200	<b>Напиток яблочный</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-57, У-15	12-00
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-777, Б-39, Ж-24, У-103	130-00
<u>полдник</u>			
200	<b>Молоко свежее</b>	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-10	18-00
120	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-55, Б-1, У-13	27-00
80	<b>Булочка Ёжик</b> <small>мука в.с., сахар-песок, масло растительное, молоко сухое 25%, масло сливочное, дрожжи сух.</small>	ККАЛ-205, Б-4, Ж-11, У-30	17-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-368, Б-11, Ж-16, У-53	62-00
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1145, Б-50, Ж-40, У-156	192-00

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

Н.И. Яковлева  
М.Ф.

Фельдшер

МБОУ СОШ № 7

13.02.2024

## меню п (ДИ, ОВ3 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	<b>Суп гороховый с курицей.</b> <small>картофель св., морковь сухая, морковь свежая, лук репчатый, курица грудка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-148, Б-9, Ж-7, У-13	18-00
90	<b>Гуляш из курицы с морковью</b> <small>курица грудка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, майонез столовый 25%, мука в.с., соль поваренная</small>	ККАЛ-138, Б-15, Ж-7, У-4	57-00
150	<b>Макаронные изделия отварные (спагетти)</b> <small>макаронные (спагетти), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	19-00
200	<b>Напиток яблочный</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-57, У-15	12-00
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-668, Б-35, Ж-22, У-86	115-00
<u>полдник</u>			
200	<b>Молоко свежее</b>	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-10	18-00
120	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-55, Б-1, У-13	27-00
50	<b>Булочка Российская</b> <small>мука в.с., сахар-песок, масло растительное, молоко сухое 25%, дрожжи сух., соль поваренная, ванилин</small>	ККАЛ-185, Б-4, Ж-5, У-32	9-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-348, Б-11, Ж-10, У-55	54-00
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1016, Б-46, Ж-32, У-141	169-00

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

Н.И. Яковлева  
М.Ф.

Фельдшер