

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>			
245	Куррица тушеная с овощами <i>картофель, св. куры, лук, морковь, свекла, лук репка, горошек зеленый консерв., масло сливочное 72,5%, мука в.с., соль, специи, подорожник</i>	ККАЛ-267, Б-11, Ж-8, У-27	79-50
200	Кофейный напиток с молоком <i>кофе молотый, молоко сухое 25%, крахмал пшеничный</i>	ККАЛ-89, Б-3, Ж-3, У-13	11-00
30	Панини безый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, У-15	5-00
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, У-8	2-50
Итого за завтрак		ККАЛ-477, Б-18, Ж-12, У-63	98-00
<u>обед</u>			
1	Огурец свежий с маслом растительным <i>огурцы свежие, масло растительное, соль, подорожник</i>	ККАЛ-3, Ж-1	7-00
240	Мясная куррица <i>говядина, картошка, морковь, свекла, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль, подорожник, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-351, Б-22, Ж-9, У-45	77-00
200	Компот из сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, вода, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	5-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-48, Б-2, У-9	3-00
Итого за обед		ККАЛ-586, Б-28, Ж-10, У-95	98-00
Итого за день		ККАЛ-1 063, Б-46, Ж-22, У-158	196-00

Директор
МБОУ "Школа
№ 3" Уварова
М.С.



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер



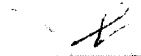
меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
30	Помидор свежий порционный <i>пomidоры св. кисло-растительное</i>	ККАЛ-6, У-1	19-00
275	Курица тушеная с овощами <i>картофель св. курица грудка, морковь свежая, лук репка, горошек зеленый консервир., масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль поваренная, лавровый лист</i>	ККАЛ-300, Б-13, Ж-9, У-30	90-00
200	Кофейный напиток с молоком <i>сахар-песок, молоко сухое, 2,8% кофеинный напиток</i>	ККАЛ-89, Б-3, Ж-3, У-13	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
Итого за завтрак		ККАЛ-550, Б-21, Ж-13, У-74	129-00
<u>обед</u>			
24	Огурец свежий с маслом растительным <i>огурцы св. масло растительное, соль поваренная</i>	ККАЛ-11, Ж-2, У-1	24-00
280	Плов из курицы <i>рис, курица грудка, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-387, Б-14, Ж-10, У-50	89-00
200	Компот из сухофруктов <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	5-00
60	Каша манная	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-61, Б-2, У-12	4-00
Итого за обед		ККАЛ-667, Б-21, Ж-12, У-109	129-00
Итого за день		ККАЛ-1217, Б-42, Ж-25, У-183	258-00

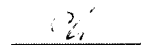
Директор
МБОУ "Лицей"
№ 3 г. Саров
М.А.



ИИ Яковлева
М.Ф.



Фельдшер



14.02.2024

меню (ДИ, СВ212 и завтрак 1 завтрак)

		Стоимость
		(руб)
<u>завтрак</u>		
100	Мясо отварное	12-00
220	Каши пшеничная молочная с маслом	26-00
100	Чай Французский (с ванилью)	3-00
40	Батон Белый	6-00
30	Хлеб ржаной	3-00
Итого за завтрак		51-00
<u>обед</u>		
200/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной.	27-00
240	Плов из курицы.	77-00
200	Компот из сухофруктов	5-00
50	Хлеб пшеничный	6-00
30	Хлеб ржаной.	3-00
Итого за обед		118-00
Итого за день		169-00

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



НП Яюклева
М.Ф.



Фельшер



МБОУ СОШ №

14.02.2024

меню (ДИ, СВ212 и завтрак 1 завтрак)

		Стоимость
		(руб)
<u>завтрак</u>		
100	Мясо отварное	12-00
270	Каши пшеничная молочная с маслом	30-00
200	Чай Французский (с ванилью)	3-00
40	Батон белый	6-00
30	Хлеб ржаной	3-00
Итого за завтрак		55-00
<u>обед</u>		
250/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной	32-00
280	Плов из курицы	89-00
200	Компот из сухофруктов	5-00
60	Хлеб пшеничный	7-00
36	Хлеб ржаной.	4-00
Итого за обед		137-00
Итого за день		192-00

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



НП Яюклева
М.Ф.



Фельшер



14.02.2024

меню п (ДИ,ОВЗ12 и старше 2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пер. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
250/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной <small>картофель со сметаной свежий, морковь свежая, лук репка, кури грудка, томат-паста, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, лимон свежий, сахар-песок, соль подпробованная, лавровый лист, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-164, Б-7, Ж-8, У-15	32-00
280	Плов из курицы <small>рис о.п., кури грудка, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль подпробованная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-387, Б-14, Ж-10, У-50	89-00
200	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	5-00
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		ККАЛ-820, Б-28, Ж-18, У-123	137-00
<u>полдник</u>			
200	Ряженка	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-8	28-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-54, У-15	15-00
80	Булочка молочная <small>мука п.с., масло растительное, сахар-песок, молоко сухое 25%, дрожжи сух.</small>	ККАЛ-262, Б-7, Ж-7, У-45	12-00
Итого за полдник		ККАЛ-424, Б-13, Ж-12, У-68	55-00
Итого за день		ККАЛ-1244, Б-41, Ж-30, У-191	192-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер

МБОУ СОШ №

14.02.2024

меню п (ДИ,ОВЗ 7-11лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пер. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
200/5/5	Борщ с картофелем, курицей, сметаной. <small>картофель со сметаной свежий, морковь свежая, лук репка, кури грудка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, сахар-песок, соль подпробованная, лавровый лист, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-131, Б-5, Ж-7, У-12	27-00
240	Плов из курицы.. <small>рис о.п., кури грудка, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль подпробованная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-351, Б-22, Ж-9, У-45	77-00
200	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	5-00
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		ККАЛ-717, Б-33, Ж-16, У-108	118-00
<u>полдник</u>			
200	Ряженка	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-8	28-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-54, У-15	15-00
50	Булочка молочная <small>мука п.с., масло растительное, сахар-песок, молоко сухое 25%, дрожжи сух.</small>	ККАЛ-164, Б-4, Ж-4, У-28	8-00
Итого за полдник		ККАЛ-326, Б-10, Ж-9, У-51	51-00
Итого за день		ККАЛ-1043, Б-43, Ж-25, У-159	169-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

Фельдшер