

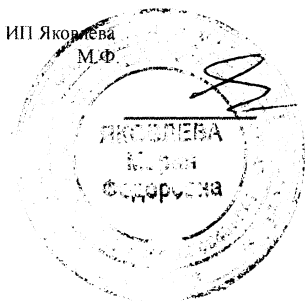
**меню (7-11 летБП)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
90	<b>Гуляш из курицы с луком</b> <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	<b>54-00</b>
160	<b>Гарнир Рис отв с зеленью</b> <i>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-143, Б-1, Ж-2, У-28	<b>23-00</b>
200	<b>Чай Братский с молоком, ванилью</b> <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый, ванилин</i>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	<b>13-00</b>
37	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-96, Б-3, Ж-1, У-19	<b>6-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-488, Б-17, Ж-11, У-82	<b>98-00</b>
<b><u>обед</u></b>			
10	<b>Огурец свежий порционный</b> <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-1	<b>5-00</b>
90	<b>Биточки мясные</b> <i>фарш мясной, хлеб белый в блюда, сухари панирое., молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-273, Б-15, Ж-16, У-16	<b>58-00</b>
155	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая</b> <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-178, Б-4, Ж-4, У-28	<b>20-00</b>
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	<b>6-00</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	<b>6-00</b>
28	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-48, Б-2, У-9	<b>3-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-683, Б-25, Ж-20, У-94	<b>98-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 171, Б-42, Ж-31, У-176	<b>196-00</b>

Директор  
МБОУ Лицей  
№ 3" Аскарова  
М.А.



ИП Яковлева  
М.Ф.

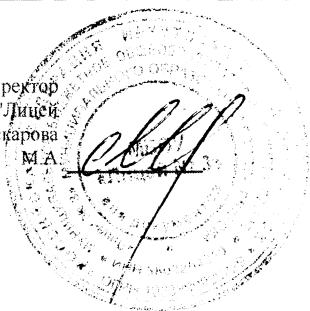


Фельдшер

## 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>			
35	<b>Огурец свежий порционный</b> <i>огурцы св. зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св. соль</i>	ККАЛ-5, У-1	15-00
100	<b>Гуляш из курицы с луком</b> <i>куры грудка, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-139, Б-10, Ж-8, У-3	63-50
200	<b>Гарнир Рис отв с зеленью</b> <i>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-178, Б-1, Ж-2, У-35	29-00
200	<b>Чай Братский с молоком, ванилью</b> <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый, ванилин</i>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	13-00
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
24	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-41, Б-2, У-8	2-50
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-557, Б-19, Ж-12, У-92	<b>129-00</b>
<u>обед</u>			
45	<b>Огурец св. с кукурузой</b> <i>огурцы свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-50, Б-1, Ж-4, У-3	23-00
100	<b>Биточки мясные</b> <i>фарш мясной, хлеб белый в блюда, сухари паниров., молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-303, Б-17, Ж-18, У-18	66-00
180	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая</b> <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	23-00
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	6-00
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-828, Б-29, Ж-27, У-112	<b>129-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 385, Б-48, Ж-39, У-204	<b>258-00</b>

Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 3" Аскарова



ИП Яковлева  
М.Ф.



Фельдшер

*(Signature)*

## меню (ДИ, ОБЗ 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>			
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	13-00
220	Каша рисовая молочная с маслом. <small>рис., молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль подпробованная</small>	ККАЛ-147, Б-5, Ж-7, У-19	29-00
200	Чай Братский с молоком, ванилью <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	13-00
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>		ККАЛ-458, Б-13, Ж-16, У-74	<b>64-00</b>
<u>обед</u>			
200/5	Суп лапша домашняя с курицей. <small>лапша тонкая, морковь свежая, лук репка, кури грубока, масло сливочное 72,5%, соль подпробованная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-82, Б-2, Ж-3, У-11	19-00
105	Биточки мясные с соусом Томат <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сухари паниров., молоко сухое 25%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в с, масло растительное, соль подпробованная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-148, Б-10, Ж-6, У-13	52-00
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,3%, соль подпробованная</small>	ККАЛ-173, Б-4, Ж-4, У-27	19-00
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	6-00
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>		ККАЛ-637, Б-22, Ж-13, У-102	<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 095, Б-35, Ж-29, У-176	<b>169-00</b>

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

ИП Яковлева  
М.Ф.

Фельдшер  
С.И.

## меню (ДИ, ОБЗ12 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>			
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	13-00
270	Каша рисовая молочная с маслом. <small>рис., молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль подпробованная</small>	ККАЛ-180, Б-6, Ж-9, У-23	42-00
200	Чай Братский с молоком, ванилью <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	13-00
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>		ККАЛ-491, Б-14, Ж-18, У-78	<b>77-00</b>
<u>обед</u>			
250/5	Суп лапша домашняя с курицей <small>лапша тонкая, морковь свежая, лук репка, кури грубока, масло сливочное 72,5%, соль подпробованная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-176, Б-9, Ж-9, У-15	23-00
105	Биточки мясные с соусом Томат <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сухари паниров., молоко сухое 25%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в с, масло растительное, соль подпробованная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-148, Б-10, Ж-6, У-13	52-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,3%, соль подпробованная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	23-00
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	6-00
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>		ККАЛ-799, Б-30, Ж-20, У-119	<b>115-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 290, Б-44, Ж-38, У-197	<b>192-00</b>

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

ИП Яковлева  
М.Ф.

Фельдшер  
С.И.

## меню п (ДИ, ОВЗ12 и старше 2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цев. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
250/5	<b>Суп лапша домашняя с курицей</b> <small>лапша мясная, морковь свежая, лук репчатый, курица грудка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-176, Б-9, Ж-9, У-15	23-00
75/30	<b>Биточки мясные с соусом Томат</b> <small>фарш мясной, хлеб белый в бужо, сухари паниров., молоко сухое 25%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в/с, масло растительное, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-148, Б-10, Ж-6, У-13	52-00
180	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая</b> <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	23-00
200	<b>Компот из изюма</b> <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	6-00
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-799, Б-30, Ж-20, У-119	<b>115-00</b>
<u>полдник</u>			
200	<b>Снежок 2,5%</b>	ККАЛ-158, Б-5, Ж-5, У-22	29-00
200	<b>Апельсин свежий</b>	ККАЛ-94, Б-2, У-23	36-00
80	<b>Булочка молочная</b> <small>мука в/с, масло растительное, сахар-песок, молоко сухое 25%, дрожжи сух.</small>	ККАЛ-262, Б-7, Ж-7, У-45	12-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-514, Б-14, Ж-12, У-90	<b>77-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1313, Б-44, Ж-32, У-209	<b>192-00</b>

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

ИП Яковлева  
М.Ф.

Фельдшер  
С.В.

## меню п (ДИ, ОВЗ 7-11 лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цев. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
200/5	<b>Суп лапша домашняя с курицей.</b> <small>лапша мясная, морковь свежая, лук репчатый, курица грудка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-82, Б-2, Ж-3, У-11	19-00
75/30	<b>Биточки мясные с соусом Томат</b> <small>фарш мясной, хлеб белый в бужо, сухари паниров., молоко сухое 25%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в/с, масло растительное, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-148, Б-10, Ж-6, У-13	52-00
150	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая</b> <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-173, Б-4, Ж-4, У-27	19-00
200	<b>Компот из изюма</b> <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	6-00
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-637, Б-22, Ж-13, У-102	<b>105-00</b>
<u>полдник</u>			
200	<b>Снежок 2,5%</b>	ККАЛ-158, Б-5, Ж-5, У-22	29-00
150	<b>Апельсин свежий</b>	ККАЛ-71, Б-1, У-18	27-00
50	<b>Булочка молочная</b> <small>мука в/с, масло растительное, сахар-песок, молоко сухое 25%, дрожжи сух.</small>	ККАЛ-164, Б-4, Ж-4, У-28	8-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-393, Б-10, Ж-9, У-68	<b>64-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1030, Б-32, Ж-22, У-170	<b>169-00</b>

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

ИП Яковлева  
М.Ф.

Фельдшер  
С.В.