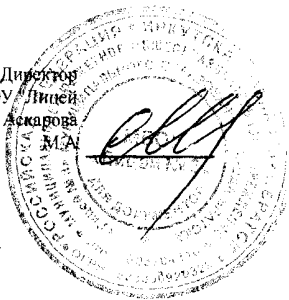


меню (7-11 лет БП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
90	Гуляш из курицы с луком.. <i>куры грудка, лук репка, масло сливочное 72,5%, муки в с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-139, Б-10, Ж-8, У-3	50-00
160	Гарнир Рис отв с зеленью <i>рис о п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-143, Б-1, Ж-2, У-28	28-00
200	Чай Братский с молоком, ванилью <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый, ванилин</i>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	13-00
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, У-15	5-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-484, Б-17, Ж-12, У-78	98-00
обед			
95	Биточки мясные <i>фарш мясной, хлеб белый в блюда, сухари паниров., молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-288, Б-16, Ж-17, У-17	62-00
155	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-178, Б-4, Ж-4, У-28	21-00
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	6-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
28	Хлеб ржаной.	ККАЛ-48, Б-2, У-9	3-00
Итого за обед		ККАЛ-697, Б-26, Ж-21, У-95	98-00
Итого за день		ККАЛ-1181, Б-43, Ж-33, У-173	196-00

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



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер

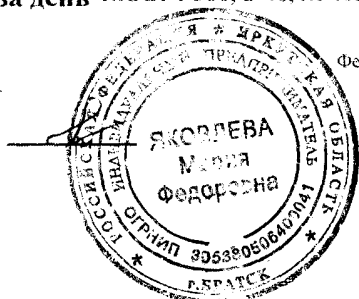
меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
25	Огурец свежий порционный <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-4, У-1	9-00
100	Гуляш из курицы с луком <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	64-50
200	Гарнир Рис отв с зеленью <i>рис о п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-178, Б-1, Ж-2, У-35	34-00
200	Чай Братский с молоком, ванилью <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай батоховый, ванилин</i>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-1, У-25	13-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
24	Хлеб ржаной	ККАЛ-41, Б-2, У-8	2-50
Итого за завтрак		ККАЛ-556, Б-19, Ж-12, У-92	129-00
обед			
50	Огурец св. с кукурузой <i>огурцы свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-56, Б-1, Ж-5, У-3	22-00
100	Биточки мясные <i>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сухари паниров., молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-303, Б-17, Ж-18, У-18	67-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	24-00
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	6-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-824, Б-29, Ж-28, У-110	129-00
Итого за день		ККАЛ-1 380, Б-48, Ж-40, У-202	258-00

Директор
МБОУ "СОШ № 3"
Александрова



ИП Яковлева
М.Ф.



Фельдшер

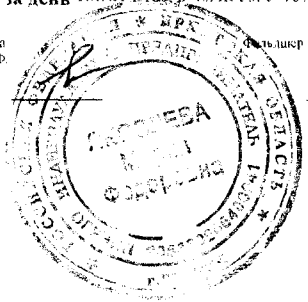
ch

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			
230	Каша рисовая молочная с маслом. <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 7,5%, сахар-песок, соль поваренная</small>	ККАЛ-153, Б-5, Ж-8, У-20	31-00
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
Итого за завтрак		ККАЛ-398, Б-13, Ж-10, У-75	53-00
обед			
200/5	Суп лапша домашняя с курицей. <small>лапша домашняя, морковь свежая, лук репчатый, куриный бульон, масло сливочное 7,5%, соль поваренная, зелень свежая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-82, Б-2, Ж-3, У-11	21-00
90	Биточки мясные <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло растительное, соль поваренная</small>	ККАЛ-273, Б-15, Ж-16, У-16	60-00
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 7,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-173, Б-4, Ж-4, У-27	20-00
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
Итого за обед		ККАЛ-762, Б-27, Ж-23, У-105	116-00
Итого за день		ККАЛ-1160, Б-40, Ж-33, У-180	169-00

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

И.И. Яковлева
М.Ф.

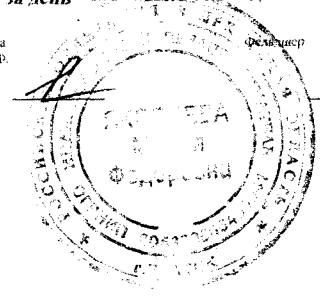


меню (ДИ, ОВЗ 12 и старше 1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
280	Каша рисовая молочная с маслом. <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 7,5%, сахар-песок, соль поваренная</small>	ККАЛ-187, Б-6, Ж-9, У-24	36-00
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
Итого за завтрак		ККАЛ-432, Б-14, Ж-11, У-79	58-00
обед			
250/5	Суп лапша домашняя с курицей <small>лапша домашняя, морковь свежая, лук репчатый, куриный бульон, масло сливочное 7,5%, соль поваренная, зелень свежая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-176, Б-9, Ж-9, У-15	26-00
100	Биточки мясные <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло растительное, соль поваренная</small>	ККАЛ-303, Б-17, Ж-18, У-18	67-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 7,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	24-00
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	6-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	7-00
36	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	4-00
Итого за обед		ККАЛ-954, Б-37, Ж-32, У-124	134-00
Итого за день		ККАЛ-1386, Б-51, Ж-43, У-203	192-00

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

И.И. Яковлева
М.Ф.

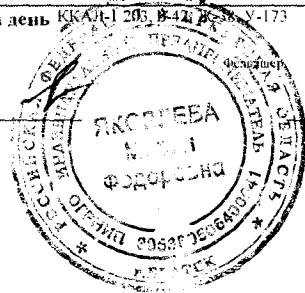


меню (ДИ, ОВЗ12 и старше 2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
250/5	Суп лапша домашняя с курицей <small>лапша домашняя, морковь свежая, лук репчатый, курица гречка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, лавровый лист, желатин, специи (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-176, Б-9, Ж-9, У-15	26-00
100	Биточки мясные <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло растительное, соль поваренная</small>	ККАЛ-303, Б-17, Ж-18, У-18	67-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	24-00
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
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-944, Б-37, Ж-32, У-122	133-00
<u>полдник</u>			
200/5	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	5-00
150	Яблоки свежие	ККАЛ-81, Ж-1, У-23	24-00
50	Пицца с птицей <small>мука пшеничная высшего сорта, сыр твердый (типа рикотта, сливочное 75% жирности консервированное, сахар-песок, томат-паста, майонез, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, дрожжи сухие</small>	ККАЛ-135, Б-5, Ж-5, У-17	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-259, Б-5, Ж-6, У-51	59-00
Итого за день		ККАЛ-1203, Б-42, Ж-38, У-173	192-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.



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 лапша домашняя с курицей. <small>лапша домашняя, морковь свежая, лук репчатый, курица гречка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, лавровый лист, специи (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-82, Б-2, Ж-3, У-11	21-00
90	Биточки мясные <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло растительное, соль поваренная</small>	ККАЛ-273, Б-15, Ж-16, У-16	60-00
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-173, Б-4, Ж-4, У-27	20-00
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
Итого за обед		ККАЛ-762, Б-27, Ж-23, У-105	116-00
<u>полдник</u>			
200/5	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	5-00
150	Яблоки свежие	ККАЛ-81, Ж-1, У-23	24-00
90	Пирожок с картофелем <small>картофель свежий, мука пшеничная высшего сорта, сливочное 75% жирности консервированное, сахар-песок, лук репчатый, майонез, молоко сухое 25%, дрожжи сухие, соль поваренная</small>	ККАЛ-321, Б-6, Ж-17, У-38	24-00
Итого за полдник		ККАЛ-445, Б-6, Ж-18, У-72	53-00
Итого за день		ККАЛ-1207, Б-33, Ж-41, У-177	169-00

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

ИИ Яковлева
М.Ф.

