

**меню (7-11 летБП)**

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
230	<b>Каша пшеничная молочная с маслом</b> <i>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-198, Б-8, Ж-5, У-27	33-00
10	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-66, Ж-7	13-00
20	<b>Сыр порциями</b>	ККАЛ-75, Б-5, Ж-6	20-00
80	<b>Пряники в ассортименте</b>	ККАЛ-277, Б-5, Ж-2, У-60	8-00
200	<b>Какао с молоком</b> <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, какао-порошок</i>	ККАЛ-113, Б-4, Ж-4, У-15	16-00
37	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-96, Б-3, Ж-1, У-19	6-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-859, Б-26, Ж-25, У-128	<b>98-00</b>
<u>обед</u>			
90	<b>Биточки школьные мясные</b> <i>фарш мясной, хлеб белый в блюда, сухари паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль йодированная</i>	ККАЛ-275, Б-11, Ж-12, У-13	64-00
150	<b>Макароны отварные (рожки)</b> <i>макароны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	16-00
200	<b>Напиток Мандаринка</b> <i>сахар-песок, облепиха св/мор, мандарин, лимон свежий</i>	ККАЛ-48, У-11	9-00
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-645, Б-22, Ж-20, У-77	<b>98-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 504, Б-48, Ж-45, У-205	<b>196-00</b>

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



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>			
250	<b>Каша пшеничная молочная с маслом</b> <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-216, Б-8, Ж-5, У-29	36-00
10	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-66, Ж-7	13-00
18	<b>Сыр порциями</b>	ККАЛ-68, Б-4, Ж-5	18-00
180	<b>Апельсин свежий</b>	ККАЛ-85, Б-2, У-21	37-50
200	<b>Какао с молоком</b> <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, какао-порошок</small>	ККАЛ-113, Б-4, Ж-4, У-15	16-00
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-693, Б-23, Ж-22, У-93	<b>129-00</b>
<u>обед</u>			
30	<b>Огурец свежий с маслом растительным</b> <small>огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-9, Ж-2, У-1	21-00
100	<b>Биточки школьные мясные</b> <small>фарш мясной, хлеб белый в блюда, сухари панироб., масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль йодированная</small>	ККАЛ-305, Б-12, Ж-13, У-15	70-00
180	<b>Макаронь отварные (рожки)</b> <small>макаронь (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	18-00
200	<b>Напиток Мандаринка</b> <small>сахар-песок, облепиха св/мор, мандарин, лимон свежий</small>	ККАЛ-48, У-11	9-00
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-752, Б-25, Ж-24, У-92	<b>129-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 445, Б-48, Ж-46, У-185	<b>258-00</b>

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



Фельдшер

*(Handwritten signature)*

## 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)
<u>завтрак</u>			
14	Масло сливочное	ККАЛ-93, Ж-10	18-00
220	Каша пшеничная молочная с маслом <small>творог илифонованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-190, Б-7, Ж-5, У-26	27-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-479, Б-12, Ж-16, У-66	<b>57-00</b>
<u>обед</u>			
200	Суп картофельный с крупой <small>картофель св., лук репчат., морковь свежая, яйцо илифонованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-87, Б-2, Ж-8, У-12	14-00
90	Биточки школьные мясные <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сухари паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль йодированная</small>	ККАЛ-275, Б-11, Ж-12, У-13	64-00
150	Макаронь отварные (рожки) <small>макаронь (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	16-00
200	Напиток Мандаринка <small>сахар-песок, облепиха св мор., мандарин, лимон свежий</small>	ККАЛ-48, У-11	9-00
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-735, Б-24, Ж-28, У-90	<b>112-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1214, Б-36, Ж-44, У-156	<b>169-00</b>

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

ИИ Яковлева

Фельдшер



## меню (ДИ, ОВЗ12 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>			
15	Масло сливочное	ККАЛ-99, Ж-11	20-00
270	Каша пшеничная молочная с маслом <small>творог илифонованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-233, Б-9, Ж-6, У-32	36-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-528, Б-14, Ж-18, У-72	<b>68-00</b>
<u>обед</u>			
250	Суп картофельный с крупой <small>картофель св., лук репчат., морковь свежая, яйцо илифонованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-108, Б-2, Ж-10, У-16	17-00
100	Биточки школьные мясные <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, сухари паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль йодированная</small>	ККАЛ-305, Б-12, Ж-13, У-15	70-00
180	Макаронь отварные (рожки) <small>макаронь (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	18-00
200	Напиток Мандаринка <small>сахар-песок, облепиха св мор., мандарин, лимон свежий</small>	ККАЛ-48, У-11	9-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-841, Б-27, Ж-32, У-105	<b>124-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1369, Б-41, Ж-50, У-177	<b>192-00</b>

Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 3" Аскарова  
М.

ИИ Яковлева

Фельдшер



## меню п (ДИ, ОБЗ12 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	<b>Суп картофельный с крупой</b> <small>картофель св., лук репчат., морковь свежая, пиццо слифованное, масло сливочное 72,5%, соль подприванная, зелень сушеная (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-108, Б-2, Ж-10, У-16	17-00
100	<b>Биточки школьные мясные</b> <small>фарш мясной, хлеб белый в батонах, сухари панирон., масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль подприванная</small>	ККАЛ-305, Б-12, Ж-13, У-15	70-00
180	<b>Макароны отварные (рожки)</b> <small>макароны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль подприванная</small>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	18-00
200	<b>Напиток Мандаринка</b> <small>сахар-песок, аспартам sweet, мандарины, лимон свежий</small>	ККАЛ-48, У-11	9-00
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-841, Б-27, Ж-32, У-105	<b>124-00</b>
<u>полдник</u>			
200	<b>Йогурт</b>	ККАЛ-172, Б-6, Ж-5, У-26	30-00
150	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-81, Ж-1, У-23	21-00
85	<b>Булочка Ёжик</b> <small>мука в с, сахар-песок, масло растительное, молоко сухое 25%, масло сливочное, дрожжи сух.</small>	ККАЛ-218, Б-4, Ж-12, У-32	17-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-471, Б-10, Ж-18, У-81	<b>68-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1312, Б-37, Ж-50, У-186	<b>192-00</b>

Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 3" Аскарова  
М

ИИ Яковлева  
М.Ф.



## меню п (ДИ, ОБЗ 7-11лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
200	<b>Суп картофельный с крупой</b> <small>картофель св., лук репчат., морковь свежая, пиццо слифованное, масло сливочное 72,5%, соль подприванная, зелень сушеная (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-87, Б-2, Ж-8, У-12	14-00
90	<b>Биточки школьные мясные</b> <small>фарш мясной, хлеб белый в батонах, сухари панирон., масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль подприванная</small>	ККАЛ-275, Б-11, Ж-12, У-13	62-00
150	<b>Макароны отварные (рожки)</b> <small>макароны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль подприванная</small>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	16-00
200	<b>Напиток Мандаринка</b> <small>сахар-песок, аспартам sweet, мандарины, лимон свежий</small>	ККАЛ-48, У-11	9-00
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-735, Б-24, Ж-28, У-90	<b>110-00</b>
<u>полдник</u>			
200	<b>Йогурт</b>	ККАЛ-172, Б-6, Ж-5, У-26	30-00
150	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-81, Ж-1, У-23	21-00
50	<b>Булочка Российская</b> <small>мука в с, сахар-песок, масло растительное, молоко сухое 25%, дрожжи сух., соль подприванная, бантин</small>	ККАЛ-185, Б-4, Ж-5, У-32	8-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-438, Б-10, Ж-11, У-81	<b>59-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1173, Б-34, Ж-39, У-171	<b>169-00</b>

Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 3" Аскарова  
М

ИИ Яковлева  
М.Ф.

