

меню (7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	Калор.-186, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-40
<i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа ячневая, сахар-песок, масло крестьянское несоленое, соль водированная</i>		
20	Масло сливочное	Калор.-132, Жиры-15
50	Хлеб пшеничный	Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23
30	Хлеб ржаной	Калор.-59, Белки-2, Углеводы-13
200	Кофейный напиток с молоком (4/5)	Калор.-80, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10
<i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, кофейный напиток</i>		
Итого за Завтрак		Калор.-569, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-76
Завтрак 2		
200	Апельсины	Калор.-88, Белки-2, Углеводы-21
Итого за Завтрак 2		Калор.-88, Белки-2, Углеводы-21
Обед		
100	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	Калор.-105, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-9
<i>свекла, масло подсолнечное рафинированное, сыр голландский брусковой 45%, соль водированная</i>		
200	Щи из свежей капусты со сметаной	Калор.-54, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-7
<i>капуста белокочанная, картофель, морковь, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль водированная</i>		
20	Мясо говядины отварное	Калор.-56, Белки-5, Жиры-4
<i>говядина 6%, морковь, соль водированная</i>		
100	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	Калор.-190, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-6
<i>говядина 6%, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, масло крестьянское несоленое, соль водированная</i>		
150	Рагу из овощей	Калор.-110, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17
<i>картофель, морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, соль водированная</i>		
50	Хлеб пшеничный	Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23
30	Хлеб ржаной	Калор.-59, Белки-2, Углеводы-13
200	Кисель с витаминами Витойшка	Калор.-92, Углеводы-22
<i>вода питьевая, кисель с витаминами витойшка</i>		
Итого за Обед		Калор.-779, Белки-32, Жиры-30, Углеводы-98
Полдник		
150	Расстегаи с рыбой	Калор.-474, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-67
<i>мука пшеничная высшего сорта, горбуша свежая мороженая потрошенная с головой, молоко пастеризованное 3,2%, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные, сахар-песок, лук репчатый, соль водированная, дрожжи сухие, масло крестьянское несоленое</i>		
200	Чай (вариант 2) (1/5)	Калор.-20, Углеводы-5
<i>сахар-песок, чай черный байховый</i>		
Итого за Полдник		Калор.-494, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-72
Ужин		
60	Огурец свежий	Калор.-10, Белки-1, Углеводы-2
120	Суфле из печени	Калор.-174, Белки-23, Жиры-7, Углеводы-4
<i>печень говяжья, молоко пастеризованное 3,2%, яйца куриные, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль водированная</i>		
30	Соус сметанный	Калор.-27, Жиры-2, Углеводы-1
<i>сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль водированная</i>		
150	Картофельное пюре с морковью	Калор.-114, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-19
<i>картофель, морковь, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль водированная</i>		
30	Хлеб пшеничный	Калор.-68, Белки-2, Углеводы-14
20	Хлеб ржаной	Калор.-39, Белки-1, Углеводы-8
200	Компот из сухофруктов и шиповника	Калор.-88, Белки-1, Углеводы-23
<i>курага, сахар-песок, шиповник</i>		
Итого за Ужин		Калор.-519, Белки-31, Жиры-14, Углеводы-72
Ужин 2		
200	Кефир	Калор.-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8
Итого за Ужин 2		Калор.-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8
Итого за день		Калор.-2 565, Белки-103, Жиры-90, Углеводы-346

Директор



Ю.П.Буткус

Кладовщик



Н.И. Бегусова

Бухгалтер



Н.А.Курбатова

меню (12-18)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
220	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	Калор.-205, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33
<i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа ячневая, сахар-песок, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</i>		
20	Масло сливочное	Калор.-132, Жиры-15
60	Хлеб пшеничный	Калор.-135, Белки-4, Углеводы-28
50	Хлеб ржаной	Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
200	Кофейный напиток с молоком (4/5)	Калор.-80, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10
<i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, кофейный напиток</i>		
Итого за Завтрак		Калор.-649, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-92
Завтрак 2		
200	Апельсины	Калор.-88, Белки-2, Углеводы-21
Итого за Завтрак 2		Калор.-88, Белки-2, Углеводы-21
Обед		
100	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	Калор.-105, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-9
<i>свекла, масло подсолнечное рафинированное, сыр голландский брусковой 45%, соль йодированная</i>		
250	Щи из свежей капусты со сметаной	Калор.-68, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9
<i>капуста белокочанная, картофель, морковь, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>		
40	Мясо говядины отварное	Калор.-112, Белки-11, Жиры-8
<i>говядина 6%, морковь, соль йодированная</i>		
100	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	Калор.-190, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-6
<i>говядина 6%, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</i>		
180	Рагу из овощей	Калор.-132, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21
<i>картофель, морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</i>		
50	Хлеб пшеничный	Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23
40	Хлеб ржаной	Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17
200	Кисель с витаминами Витойшка	Калор.-92, Углеводы-22
<i>вода питьевая, кисель с витаминами витойшка</i>		
Итого за Обед		Калор.-890, Белки-38, Жиры-35, Углеводы-108
Полдник		
150	Расстегаи с рыбой	Калор.-474, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-67
<i>мука пшеничная высшего сорта, горбуша свежая мороженая потрошенная с головой, молоко пастеризованное 3,2%, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные, сахар-песок, лук репчатый, соль йодированная, дрожжи сухие, масло крестьянское несоленое</i>		
200	Молоко кипяченое	Калор.-117, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
Итого за Полдник		Калор.-591, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-76
Ужин		
100	Огурец свежий	Калор.-16, Белки-1, Углеводы-3
120	Суфле из печени	Калор.-174, Белки-23, Жиры-7, Углеводы-4
<i>печень говяжья, молоко пастеризованное 3,2%, яйца куриные, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</i>		
30	Соус сметанный	Калор.-27, Жиры-2, Углеводы-1
<i>сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</i>		
180	Картофельное пюре с морковью	Калор.-137, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22
<i>картофель, морковь, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</i>		
25	Хлеб пшеничный	Калор.-56, Белки-2, Углеводы-12
25	Хлеб ржаной	Калор.-49, Белки-2, Углеводы-11
200	Компот из сухофруктов и шиповника	Калор.-88, Белки-1, Углеводы-23
<i>кураги, сахар-песок, шиповник</i>		
Итого за Ужин		Калор.-546, Белки-32, Жиры-14, Углеводы-76
Ужин 2		
209	Кефир	Калор.-122, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-8
10	Хлеб пшеничный	Калор.-23, Белки-1, Углеводы-5
Итого за Ужин 2		Калор.-144, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-13
Итого за день		Калор.-2 908, Белки-120, Жиры-104, Углеводы-386

Директор



Ю.П.Буткус

Складчик



Н.И. Бегусова

Бухгалтер



Н.А.Курбатова





Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

Владелец сертификата: организация, сотрудник		Сертификат: серийный номер, период действия	Дата и время подписания
Подписи отправителя:	 Батурина Елена Владимировна	018B9E8187C33C94B4B1BCAD0F3B977A с 13.05.2022 13:25 по 06.08.2023 13:25 GMT+03:00	29.03.2023 10:32 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
Подписи получателя:	 ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ "НИЖНЕТАГИЛЬСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 2, РЕАЛИЗУЮЩАЯ АДАПТИРОВАННЫЕ ОСНОВНЫЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ" Буткус Юлия Павловна, Директор	37DB00170E3558C5BC17A1CDB8898B78 с 12.09.2022 14:10 по 06.12.2023 14:10 GMT+03:00	29.03.2023 10:47 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа