

меню (7-11)

| Выход (г) | Наименование блюда | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--|--|---|
| <u>Завтрак</u> | | |
| 200 | Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным <small>молоко пастеризованное 3,2%, крупа рисовая, крупа пшено, сахар-песок, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small> | Калор.-183, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26 |
| 15 | Масло сливочное | Калор.-99, Жиры-11 |
| 15 | Сыр (порциями) | Калор.-78, Белки-4, Жиры-7 |
| 50 | Хлеб пшеничный | Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23 |
| 20 | Хлеб ржаной | Калор.-39, Белки-1, Углеводы-8 |
| 200 | Какао с молоком (вариант 2) (4/10) <small>молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, какао-порошок</small> | Калор.-100, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-15 |
| Итого за Завтрак Калор.-611, Белки-17, Жиры-28, Углеводы-73 | | |
| <u>Завтрак 2</u> | | |
| 200 | Сок (яблочный) | Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21 |
| Итого за Завтрак 2 Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21 | | |
| <u>Обед</u> | | |
| 100 | Салат из белокочанной капусты с отварной свеклой, морковью, яблоками и растительным маслом <small>капуста белокочанная, яблоки, свекла, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small> | Калор.-87, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-8 |
| 200 | Уха с крупной рисовой <small>картофель, горбуша свежая мороженая потрошенная с головой, лук репчатый, крупа рисовая, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small> | Калор.-111, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-12 |
| 200 | Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины <small>картофель, говядина б/к, лук репчатый, яйца куриные, масло крестьянское несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small> | Калор.-302, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-29 |
| 40 | Соус сметанный <small>сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small> | Калор.-35, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2 |
| 200 | Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар-песок</small> | Калор.-77, Белки-1, Углеводы-20 |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калор.-135, Белки-4, Углеводы-28 |
| 35 | Хлеб ржаной | Калор.-68, Белки-2, Углеводы-15 |
| Итого за Обед Калор.-816, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-113 | | |
| <u>Полдник</u> | | |
| 30 | Вафли | Калор.-105, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23 |
| 200 | Чай (вариант 2) (1/5) <small>сахар-песок, чай черный байховый</small> | Калор.-20, Углеводы-5 |
| 75 | Сдоба обыкновенная <small>мука пшеничная высшего сорта, молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные, соль йодированная, дрожжи сухие</small> | Калор.-239, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42 |
| 150 | Апельсины | Калор.-66, Белки-1, Углеводы-16 |
| Итого за Полдник Калор.-430, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-86 | | |
| <u>Ужин</u> | | |
| 60 | Икра из кабачков | Калор.-65, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7 |
| 100 | Тефтели из мяса говядины <small>говядина б/к, лук репчатый, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small> | Калор.-236, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-15 |
| 150 | Макаронные изделия отварные <small>макаронные изделия высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small> | Калор.-184, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-34 |
| 20 | Хлеб пшеничный | Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9 |
| 25 | Хлеб ржаной | Калор.-49, Белки-2, Углеводы-11 |
| 200 | Чай с молоком (вариант 3) (0,4/5) <small>молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, чай черный байховый</small> | Калор.-48, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-7 |
| Итого за Ужин Калор.-627, Белки-25, Жиры-22, Углеводы-83 | | |
| <u>Ужин 2</u> | | |
| 200 | Йогурт питьевой | Калор.-158, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23 |
| Итого за Ужин 2 Калор.-158, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23 | | |
| Итого за день Калор.-2 727, Белки-89, Жиры-89, Углеводы-398 | | |
| 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 молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным <small>молоко пастеризованное 3.2%, крупа рисовая, крупа пшено, сахар-песок, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small> | Калор.-201, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29 |
| 20 | Масло сливочное | Калор.-132, Жиры-15 |
| 20 | Сыр (порциями) | Калор.-103, Белки-5, Жиры-9 |
| 50 | Хлеб пшеничный | Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23 |
| 40 | Хлеб ржаной | Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17 |
| 200 | Какао с молоком (вариант 2) (4/10) <small>молоко пастеризованное 3.2%, сахар-песок, какао-порошок</small> | Калор.-100, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-15 |
| Итого за Завтрак Калор.-727, Белки-21, Жиры-35, Углеводы-84 | | |
| Завтрак 2 | | |
| 200 | Сок (яблочный) | Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21 |
| Итого за Завтрак 2 Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21 | | |
| Обед | | |
| 100 | Салат из белокочанной капусты с отварной свеклой, морковью, яблоками и растительным маслом <small>капуста белокочанная, яблоки, свекла, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small> | Калор.-87, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-8 |
| 250 | Уха с крупной рисовой <small>картофель, горбуша свежая мороженая потрошенная с головой, лук репчатый, крупа рисовая, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small> | Калор.-139, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-14 |
| 250 | Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины <small>картофель, говядина б/к, лук репчатый, яйца куриные, масло крестьянское несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small> | Калор.-377, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-37 |
| 40 | Соус сметанный <small>сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small> | Калор.-35, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2 |
| 200 | Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар-песок</small> | Калор.-77, Белки-1, Углеводы-20 |
| 70 | Хлеб пшеничный | Калор.-158, Белки-5, Углеводы-33 |
| 50 | Хлеб ржаной | Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21 |
| Итого за Обед Калор.-970, Белки-39, Жиры-32, Углеводы-134 | | |
| Полдник | | |
| 30 | Вафли | Калор.-105, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23 |
| 200 | Чай (вариант 2) (1/5) <small>сахар-песок, чай черный байховый</small> | Калор.-20, Углеводы-5 |
| 100 | Сдоба обыкновенная <small>мука пшеничная высшего сорта, молоко пастеризованное 3.2%, сахар-песок, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные, соль йодированная, дрожжи сухие</small> | Калор.-318, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-56 |
| 150 | Апельсины | Калор.-66, Белки-1, Углеводы-16 |
| Итого за Полдник Калор.-509, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-100 | | |
| Ужин | | |
| 100 | Икра из кабачков | Калор.-108, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-11 |
| 100 | Тефтели из мяса говядины <small>говядина б/к, лук репчатый, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, молоко пастеризованное 3.2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small> | Калор.-236, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-15 |
| 180 | Макаронные изделия отварные <small>макаронные изделия высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small> | Калор.-221, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-41 |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калор.-68, Белки-2, Углеводы-14 |
| 30 | Хлеб ржаной | Калор.-59, Белки-2, Углеводы-13 |
| 200 | Чай с молоком (1/5) <small>молоко пастеризованное 3.2%, сахар-песок, чай черный байховый</small> | Калор.-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14 |
| Итого за Ужин Калор.-786, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-108 | | |
| Ужин 2 | | |
| 220 | Йогурт питьевой | Калор.-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-25 |
| 20 | Хлеб пшеничный | Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9 |
| Итого за Ужин 2 Калор.-219, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-34 | | |
| Итого за день Калор.-3 298, Белки-108, Жиры-108, Углеводы-481 | | |

Директор _____ Ю.П.Буткус



Кладовщик _____ Н.И. Бетуова

Бухгалтер _____ Н.А.Курбатова





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

| | Организация, сотрудник | Доверенность: рег. номер, период действия и статус | Сертификат: серийный номер, период действия | Дата и время подписания |
|----------------------|---|---|---|---|
| Подписи отправителя: |  ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ "НИЖНЕТАГИЛЬСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 2, РЕАЛИЗУЮЩАЯ АДАПТИРОВАННЫЕ ОСНОВНЫЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ" Буткус Юлия Павловна, Директор |  Не требуется для подписания | 37DB00170E3558C5BC17A1CDB8 898B78 с 12.09.2022 14:10 по 06.12.2023 14:10 GMT+03:00 | 10.11.2023 07:48 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа |