

меню (7-11)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------------|--|---|
| Завтрак | | |
| 215 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <small>молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеничная, масло крестьянское несоленое, сахар-песок, соль водородная</small> | Калор.-206, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-32 |
| 10 | Сыр (порциями) | Калор.-52, Белки-3, Жиры-5 |
| 10 | Масло сливочное | Калор.-66, Жиры-7 |
| 50 | Хлеб пшеничный | Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23 |
| 20 | Хлеб ржаной | Калор.-39, Белки-1, Углеводы-8 |
| 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 Завтрак | | Калор.-524, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-71 |
| 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 отварного картофеля с соевым соусом, репчатым луком и растительным маслом <small>картофель, соус соевый, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль водородная</small> | Калор.-101, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-10 |
| 25 | Сельдь | Калор.-35, Белки-4, Жиры-2 |
| 200 | Суп крестьянский с крупой со сметаной <small>капуста белокочанная, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, соль водородная</small> | Калор.-97, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12 |
| 20 | Мясо говядины отварное <small>говядина б/к, морковь, соль водородная</small> | Калор.-56, Белки-5, Жиры-4 |
| 120 | Бифштексы из отварного мяса говядины <small>говядина б/к, молоко пастеризованное 3,2%, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, масло крестьянское несоленое, соль водородная</small> | Калор.-294, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-8 |
| 150 | Макаронные изделия отварные <small>макаронные изделия высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль водородная</small> | Калор.-184, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-34 |
| 40 | Хлеб ржаной | Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17 |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калор.-135, Белки-4, Углеводы-28 |
| 200 | Компот из чернослива и изюма <small>чернослив без косточки, сахар-песок, изюм</small> | Калор.-89, Углеводы-23 |
| Итого за Обед | | Калор.-1 069, Белки-44, Жиры-41, Углеводы-132 |
| Полдник | | |
| 40 | Вафли | Калор.-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31 |
| 180 | Яблоки | Калор.-88, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-21 |
| 200 | Сок (яблочный) | Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21 |
| Итого за Полдник | | Калор.-314, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-72 |
| Ужин | | |
| 60 | Помидор | Калор.-16, Белки-1, Углеводы-3 |
| 100 | Запеканка из рыбы с морковью <small>лосось свежий мороженая потрошенная с головой, морковь, лук репчатый, крупа манная, яйца куриные, масло подсолнечное рафинированное, соль водородная</small> | Калор.-129, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7 |
| 30 | Соус молочный (для запекания) <small>молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, мука пшеничная высшего сорта, соль водородная</small> | Калор.-45, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3 |
| 150 | Картофельное пюре <small>картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль водородная</small> | Калор.-133, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22 |
| 20 | Хлеб пшеничный | Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9 |
| 20 | Хлеб ржаной | Калор.-39, Белки-1, Углеводы-8 |
| 200 | Чай (вариант 2) (1/5) <small>сахар-песок, чай черный байховый</small> | Калор.-20, Углеводы-5 |
| Итого за Ужин | | Калор.-427, Белки-22, Жиры-12, Углеводы-58 |
| 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.-2 536, Белки-91, Жиры-82, Углеводы-362 |

Директор _____ Ю.П.Буткус Кладовщик _____ Н.И. Бегусова Бухгалтер _____ Н.А.Курбатова



меню (12-18)



| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------------|--|---|
| Завтрак | | |
| 220 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <small>молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеничная, масло крестьянское несоленое, сахар-песок, соль йодированная</small> | Калор.-211, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-32 |
| 10 | Сыр (порциями) | Калор.-52, Белки-3, Жиры-5 |
| 10 | Масло сливочное | Калор.-66, Жиры-7 |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калор.-135, Белки-4, Углеводы-28 |
| 40 | Хлеб ржаной | Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17 |
| 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 Завтрак | | Калор.-637, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-91 |
| 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 отварного картофеля с соевым соусом, репчатым луком и растительным маслом <small>картофель, соус соевый, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small> | Калор.-101, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-10 |
| 40 | Сельдь | Калор.-56, Белки-7, Жиры-3 |
| 250 | Суп крестьянский с крупой со сметаной <small>капуста белокочанная, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, соль йодированная</small> | Калор.-121, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-15 |
| 40 | Мясо говядины отварное <small>говядина б/с, морковь, соль йодированная</small> | Калор.-112, Белки-11, Жиры-8 |
| 120 | Бефстроганов из отварного мяса говядины <small>говядина б/с, молоко пастеризованное 3,2%, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small> | Калор.-294, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-8 |
| 180 | Макаронные изделия отварные <small>макаронные изделия высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small> | Калор.-221, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-41 |
| 50 | Хлеб ржаной | Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21 |
| 80 | Хлеб пшеничный | Калор.-180, Белки-5, Углеводы-37 |
| 200 | Компот из чернослива и изюма <small>чернослив без косточки, сахар-песок, изюм</small> | Калор.-89, Углеводы-23 |
| Итого за Обед | | Калор.-1 272, Белки-56, Жиры-48, Углеводы-156 |
| Полдник | | |
| 50 | Вафли | Калор.-175, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-39 |
| 180 | Яблоки | Калор.-88, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-21 |
| 200 | Сок (яблочный) | Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21 |
| Итого за Полдник | | Калор.-349, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-80 |
| Ужин | | |
| 100 | Помидор | Калор.-26, Белки-1, Углеводы-5 |
| 100 | Запеканка из рыбы с морковью <small>горбуша свежая мороженая потрошенная с головой, морковь, лук репчатый, крупа манная, яйца куриные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small> | Калор.-129, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7 |
| 30 | Соус молочный (для запекания) <small>молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</small> | Калор.-45, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3 |
| 180 | Картофельное пюре <small>картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small> | Калор.-159, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-27 |
| 25 | Хлеб пшеничный | Калор.-56, Белки-2, Углеводы-12 |
| 30 | Хлеб ржаной | Калор.-59, Белки-2, Углеводы-13 |
| 200 | Чай (вариант 2) (1/5) <small>сахар-песок, чай черный байховый</small> | Калор.-20, Углеводы-5 |
| Итого за Ужин | | Калор.-494, Белки-24, Жиры-13, Углеводы-71 |
| Ужин 2 | | |
| 220 | Кефир | Калор.-128, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9 |
| 10 | Хлеб пшеничный | Калор.-23, Белки-1, Углеводы-5 |
| Итого за Ужин 2 | | Калор.-151, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-14 |
| Итого за день | | Калор.-2 989, Белки-110, Жиры-94, Углеводы-433 |

Директор _____ Ю.П.Буткус
 Кладовщик _____ Н.И. Бегусова
 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 | 00C60E0770C25EEBD65E3FA173 5C712B03 с 28.11.2023 07:03 по 20.02.2025 07:03 GMT+03:00 | 22.05.2024 08:59 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа |