

08.04.2024, 1пп

Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

50	Бутерброд с повидлом <small>повидло, батон нарезной</small>	Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-65	
200/5	Каша молочная пшениная с маслом <small>молоко 2.5%, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-247	
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	
190	Какао с молоком <small>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</small>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-135	
26	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	

Завтрак2

50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		

921	Итого за 1-я смена	Белки-17, Жиры-12, Углеводы-150, Калорийность-777	78-30
-----	---------------------------	---	--------------

Обед

60	Салат "Столичный" с солёным огурцом <small>яйцо куриное с2, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</small>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-115	
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. <small>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</small>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-77	
210	Каша гречневая с отварной курицей (филе) <small>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-22, Жиры-19, Калорийность-348	
200	Компот из сухофруктов <small>смесь сухофруктов, сахар-песок</small>	Углеводы-29, Калорийность-120	
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	
34	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-62	

Полдник

50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай б/с		

979	Итого за 2-я смена	Белки-35, Жиры-34, Углеводы-106, Калорийность-955	108-07
-----	---------------------------	---	---------------

Бухгалтер-калькулятор Sept Першина Т.П.

Генеральный директор Д.А. Затонский

Согласовано
Директор _____ МП

09.04.2024, 1вт

Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Акционерное общество

"Комбинат школьного питания "ОГОНЕК"

ИНН 5811077285

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

Котлета рыбная из горбуши

60/40 **"Школьная" с томатным соусом**

Белки-3, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-101

филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная / томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок

150/5 **Картофель отварной**

Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156

картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная

16 **Сушки**

Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-54

200 **Чай фруктовый**

Углеводы-8, Калорийность-30

сахар-песок, яблоко, чай черный лист

30 **Хлеб пшеничный.**

Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71

Завтрак2

20 **Печенье Галеты**

Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65

200 **Чай с сахаром**

Углеводы-15, Калорийность-60

сахар-песок, чай черный лист

721 **Итого за 1-я смена** Белки-12, Жиры-10, Углеводы-100, Калорийность-537 **78-30**

Обед

85 **Салат из моркови (припуск).**

Белки-1, Жиры-7, Углеводы-13, Калорийность-122

морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное

200 **Суп гороховый**

Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94

картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная

15 **Гренки из пш. хлеба**

Углеводы-12, Калорийность-60

Котлета рыбная из горбуши

60/30 **"Школьная" с томатным соусом**

Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-95

филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, морковь в/к, молоко 2.5%, яйцо куриное с2, лук в/к, сухари панировочные, масло сливочное, соль йодированная / томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок

150/5 **Картофель отварной**

Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26, Калорийность-156

картофель в/к, масло сливочное, соль йодированная

200 **Сок фруктовый**

Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85

27 **Хлеб ржано- пшеничный.**

Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-49

Полдник

20 **Печенье Галеты**

Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65

200 **Чай с сахаром**

Углеводы-15, Калорийность-60

сахар-песок, чай черный лист

992 **Итого за 2-я смена** Белки-17, Жиры-19, Углеводы-135, Калорийность-786 **108-07**

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
230	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-15, Жиры-25, Углеводы-53, Калорийность-507	56-40
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	6-30
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-28
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-02
<u>Завтрак2</u>			
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	4-49
200	Чай б/с		0-77
744	Итого за 1-я смена	Белки-22, Жиры-30, Углеводы-144, Калорийность-944	74-26
<u>Обед</u>			
70	Салат из свеклы с зеленым горошком <i>свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-51	13-86
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, зелень</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-93	10-93
220	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина б/к, масло подсолнечное, лук в/к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-15, Жиры-24, Углеводы-51, Калорийность-485	53-95
200	Компот из свежих яблок с лимоном шк <i>яблоко, сахар-песок, лимон</i>	Углеводы-24, Калорийность-100	15-27
30	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-42
30	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-02
<u>Полдник</u>			
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	4-49
200	Чай б/с		0-77
984	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-38, Углеводы-145, Калорийность-995	103-71

Бухгалтер-
калькулятор Першина Т.П.Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

11.04.2024, 1чт

Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

5/25 **Бутерброд с маслом**

батон нарезной, масло сливочное

Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98

70/30 **Шницель домашний с соусом
из п/ф**

шницель домашний п/ф 70гр, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок

Белки-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207

150 **Каша гречневая**

крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная

Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197

200 **Чай с вареньем**

варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, чай черный лист

Углеводы-5, Калорийность-63

45 **Хлеб пшеничный.**

Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-106

Завтрак2

20 **Сушки**

Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68

200 **Чай с сахаром**

сахар-песок, чай черный лист

Углеводы-15, Калорийность-60

745 **Итого за 1-я смена** Белки-23, Жиры-24, Углеводы-112, Калорийность-798 **78-30**

Обед

80 **Винегрет овощной**

картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная

Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-109

200 **Суп рыбный**

картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная

Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101

70/30 **Шницель домашний с соусом
из п/ф**

шницель домашний п/ф 70гр, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок

Белки-10, Жиры-14, Углеводы-12, Калорийность-207

150 **Каша гречневая**

крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная

Белки-6, Жиры-5, Углеводы-31, Калорийность-197

190 **Компот из кураги**

курага, сахар-песок

Белки-1, Углеводы-14, Калорийность-101

21 **Хлеб пшеничный.**

Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-49

21 **Хлеб ржано- пшеничный.**

Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-38

Полдник

20 **Сушки**

Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68

200 **Чай с сахаром**

сахар-песок, чай черный лист

Углеводы-15, Калорийность-60

982 **Итого за 2-я смена** Белки-25, Жиры-28, Углеводы-129, Калорийность-930 **108-07**

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

100 Гуляш из филе кур

филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с

Белки-12, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-109

160 Макароны отварные.

макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная

Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260

17 Печенье сахарное

Белки-1, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-71

200 Чай с сахаром

сахар-песок, чай черный лист

Углеводы-15, Калорийность-60

29 Хлеб пшеничный.

Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68

Завтрак2

50 Пряник

Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176

200 Чай б/с

756

Итого за 1-я смена Белки-25, Жиры-18, Углеводы-131,
Калорийность-743

78-30

Обед

65 Салат из красной фасоли

фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная

Белки-5, Жиры-4, Калорийность-91

200 Свекольник.

свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста

Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-95

10 Сметана к I блюдам.

Жиры-2, Калорийность-16

90 Гуляш из филе кур

филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с

Белки-11, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-98

160 Макароны отварные.

макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная

Белки-7, Жиры-5, Углеводы-48, Калорийность-260

200 Компот из сухофруктов

смесь сухофруктов, сахар-песок

Углеводы-29, Калорийность-120

30 Хлеб пшеничный.

Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71

32 Хлеб ржано- пшеничный.

Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-58

Полдник

50 Пряник

Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176

200 Чай б/с

1 037

Итого за 2-я смена Белки-32, Жиры-24, Углеводы-159,
Калорийность-984

108-07

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

65/20 **Чиполлетти из говядины из
п/ф с томатным соусом**

чиполлетти из говядины п/ф замороженные 65гр, масло подсолнечное / томат-паста, масло сливочное, мука
пшеничная в/с, сахар-песок

Белки-14, Жиры-8, Углеводы-12, Калорийность-178

180 **Рис припущенный**

крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная

Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47, Калорийность-269

200 **Какао с молоком**

молоко 2,5%, сахар-песок, какао (порошковый)

Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142

36 **Хлеб пшеничный.**

Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-85

Завтрак2

30 **Печенье Галеты**

Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-97

200/5 **Чай с лимоном**

сахар-песок, лимон, чай черный лист

Углеводы-15, Калорийность-61

736 **Итого за 1-я смена** Белки-28, Жиры-20, Углеводы-134, Калорийность-831 **78-30**

Обед

90 **Салат Здоровье**

морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная

Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-94

200 **Суп крестьянский с крупой**

капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная

Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-95

65/35 **Чиполлетти из говядины из
п/ф с томатным соусом**

чиполлетти из говядины п/ф замороженные 65гр, масло подсолнечное / томат-паста, масло сливочное, мука
пшеничная в/с, сахар-песок

Белки-14, Жиры-8, Углеводы-13, Калорийность-187

200 **Рис припущенный**

крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная

Белки-6, Жиры-8, Углеводы-52, Калорийность-299

200 **Компот из чернослива**

чернослив, сахар-песок

Белки-1, Калорийность-118

24 **Хлеб пшеничный.**

Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-56

25 **Хлеб ржано- пшеничный.**

Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45

Полдник

30 **Печенье Галеты**

Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-97

200/5 **Чай с лимоном**

сахар-песок, лимон, чай черный лист

Углеводы-15, Калорийность-61

1 074 **Итого за 2-я смена** Белки-31, Жиры-28, Углеводы-139, Калорийность-1 051 **108-07**

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10/20	Бутерброд с сыром <small>батон нарезной, сыр твердый</small>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-88	
200/5	Каша молочная рисовая <small>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-6, Жиры-7, Калорийность-263	
180	Яблоко	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-84	
180	Кофейный напиток с молоком сгущенным <small>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток.</small>	Жиры-2, Углеводы-12, Калорийность-64	
17	Хлеб пшеничный.	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-40	
<u>Завтрак2</u>			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай б/с		
832	Итого за 1-я смена	Белки-15, Жиры-12, Углеводы-65, Калорийность-607	78-30
<u>Обед</u>			
65	Огурцы соленые	Белки-2, Углеводы-1, Калорийность-11	
200	Суп с домашней лапшой <small>лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</small>	Белки-2, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-104	
210	Говядина тушеная с картофелем <small>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</small>	Белки-23, Жиры-17, Углеводы-24, Калорийность-340	
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
29	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
25	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	
<u>Полдник</u>			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай б/с		
949	Итого за 2-я смена	Белки-33, Жиры-26, Углеводы-89, Калорийность-721	108-07
<div>Бухгалтер-калькулятор <u>Першина Т.П.</u> Генеральный директор <u>Д.А. Затонский</u> Согласовано Директор <u>МП</u></div>			

16.04.2024, 2вт

Меню школа БР ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

225	Жаркое по-домашнему картофель в/к, свинина б/к, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная	Белки-12, Жиры-13, Углеводы-31, Калорийность-298	
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200/5	Чай с лимоном сахар-песок, лимон, чай черный лист	Углеводы-10, Калорийность-41	
60	Хлеб пшеничный.	Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-141	

Завтрак2

20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	

760 **Итого за 1-я смена** Белки-21, Жиры-16, Углеводы-136, Калорийность-780 **78-30**

Обед

90	Салат из красной фасоли фасоль, лук в/к, масло подсолнечное, кислота лимонная, соль йодированная	Белки-7, Жиры-5, Калорийность-126	
200	Рассольник ленинградский. картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-26, Калорийность-120	
100	Печень по-строгановски печень говяжья, лук в/к, сметана 15%, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-6, Калорийность-156	
160	Каша гречневая крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-210	
200	Компот из апельсинов апельсин, сахар-песок	Углеводы-15, Калорийность-73	
26	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-13, Калорийность-61	
26	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-47	

Полдник

20	Печенье Галеты	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-65	
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	

1 022 **Итого за 2-я смена** Белки-34, Жиры-31, Углеводы-129, Калорийность-917 **108-07**

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП