

| Выход (г) | Наименование блюда                | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания |
|-----------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
|           | <i><u>Завтрак</u></i>             |                                                                                |                      |
|           | <i>омлет</i>                      |                                                                                |                      |
| 150       | <i>натуральный, кукуруза</i>      | кКал-205, Бел-13, Жир-15, Угл-6                                                | 22-89                |
|           | <i>сахарная</i>                   |                                                                                |                      |
| 50        | <i>бутерброд с сыром и маслом</i> | кКал-271, Бел-9, Жир-17, Угл-19                                                | 20-53                |
| 200       | <i>чай с сахаром</i>              | кКал-14, Угл-3                                                                 | 1-51                 |
| 20        | <i>хлеб ржаной украинский</i>     | кКал-39, Бел-1, Угл-8                                                          | 3-14                 |
| 100       | <i>мандарины</i>                  | кКал-46, Бел-1, Угл-9                                                          | 39-27                |
|           | <b>Итого за Завтрак</b>           | кКал-522, Бел-21, Жир-28, Угл-44                                               | 87-34                |

|                       |                                          |                                   |       |
|-----------------------|------------------------------------------|-----------------------------------|-------|
| 200                   | суп картофельный с бобовыми              | «Кал-203, Бел-9, Жир-6, Угл-28    | 8-31  |
| 120                   | голубцы ленивые, соус томатный с овощами | «Кал-2498, Бел-13, Жир-14, Угл-18 | 63-09 |
| 150                   | каша перловая рассыпчатая                | «Кал-197, Бел-4, Жир-7, Угл-30    | 5-36  |
| 20                    | хлеб пшеничный (нарезка)                 | «Кал-59, Бел-2, Угл-12            | 3-14  |
| 20                    | хлеб ржаной украинский                   | «Кал-39, Бел-1, Угл-8             | 1-77  |
| 200                   | чай с лимоном                            | «Кал-14, Угл-3                    | 3-71  |
| Итого за Обед 2 смена |                                          |                                   | 85-38 |

**Итого за Обед 2 смена**

**Итого за день**

Заведующая  
столовой

Сапельникова  
И.В.

Диет. сестра

Пещева Л.Л.



**5-11 классы льгота 2/5 (5-11классы)**

| Выход (г)             | Наименование блюда                   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <u>Обед</u>           |                                      |                                                                                |                               |
| 60                    | салат из квашеной капусты с<br>луком | кКал=19, бел=1, Угл=3                                                          | 13-08                         |
| 250                   | суп картофельный с<br>бобовыми       | кКал=254, бел=12, Жир=8, Угл=35                                                | 8-89                          |
| 100                   | голубцы ленивые                      | кКал=188, бел=12, Жир=10, Угл=12                                               | 52-70                         |
| 20                    | соус томатный с овощами              | кКал=61, бел=1, Жир=4, Угл=6                                                   | 3-35                          |
| 160                   | каша перловая рассыпчатая            | кКал=201, бел=5, Жир=0, Угл=33                                                 | 5-36                          |
| 20                    | хлеб пшеничный (нарезка)             | кКал=59, бел=2, Угл=12                                                         | 2-73                          |
| 40                    | хлеб ржаной украинский               | кКал=78, бел=3, Жир=1, Угл=16                                                  | 3-54                          |
| 200                   | чай с сахаром                        | кКал=14, Угл=3                                                                 | 1-51                          |
| Итого за Обед         |                                      | кКал=882, бел=46, Жир=29, Угл=120                                              | 91-16                         |
| <u>Обед 2 смена</u>   |                                      |                                                                                |                               |
| 60                    | салат из квашеной капусты с<br>луком | кКал=19, бел=1, Угл=3                                                          | 13-08                         |
| 250                   | суп картофельный с<br>бобовыми       | кКал=254, бел=12, Жир=8, Угл=35                                                | 8-89                          |
| 100                   | голубцы ленивые                      | кКал=188, бел=12, Жир=10, Угл=12                                               | 52-70                         |
| 20                    | соус томатный с овощами              | кКал=61, бел=1, Жир=4, Угл=6                                                   | 3-35                          |
| 160                   | каша перловая рассыпчатая            | кКал=201, бел=5, Жир=0, Угл=33                                                 | 5-36                          |
| 20                    | хлеб пшеничный (нарезка)             | кКал=59, бел=2, Угл=12                                                         | 2-73                          |
| 40                    | хлеб ржаной украинский               | кКал=78, бел=3, Жир=1, Угл=16                                                  | 3-54                          |
| 200                   | чай с сахаром                        | кКал=14, Угл=3                                                                 | 1-51                          |
| Итого за Обед 2 смена |                                      | кКал=882, бел=46, Жир=29, Угл=120                                              | 91-16                         |
| Итого за день         |                                      | кКал=1764, бел=92, Жир=58, Угл=240                                             | 182-32                        |

Директор: Бондаренко Ю.А.

Заведующий  
столовой

Салтыкова  
И В

Двое сестра

Пелевина Л.П.

## 5-11 кл. дети мобилизованных 2/5 (5-11 классы)

| Выход (г)             | Наименование блюда                   | мл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <u>Обед</u>           |                                      |                                                                                |                               |
| 60                    | салат из квашеной капусты с<br>луком | ккал 19, бел 1, угле 3                                                         | 13-08                         |
| 250                   | суп картофельный с<br>бобовыми       | ккал 254, бел 12, жир 8, угле 35                                               | 8-89                          |
| 100                   | голубцы ленивые                      | ккал 108, бел 12, жир 10, угле 12                                              | 52-70                         |
| 20                    | соус томатный с овощами              | ккал 19, бел 1, жир 0, угле 0                                                  | 3-35                          |
| 160                   | каша перловая рассыпчатая            | ккал 219, бел 7, жир 0, угле 33                                                | 5-36                          |
| 20                    | хлеб пшеничный (нарезка)             | ккал 99, бел 2, угле 12                                                        | 2-73                          |
| 40                    | хлеб ржаной украинский               | ккал 76, бел 1, жир 1, угле 15                                                 | 3-54                          |
| 200                   | чай с сахаром                        | ккал 14, угле 3                                                                | 1-51                          |
| Итого за Обед         |                                      |                                                                                | 91-16                         |
| <u>Обед 2 смена</u>   |                                      |                                                                                |                               |
| 60                    | салат из квашеной капусты с<br>луком | ккал 19, бел 1, угле 3                                                         | 13-08                         |
| 250                   | суп картофельный с<br>бобовыми       | ккал 254, бел 12, жир 8, угле 35                                               | 8-89                          |
| 20                    | соус томатный с овощами              | ккал 19, бел 1, жир 0, угле 0                                                  | 3-35                          |
| 100                   | голубцы ленивые                      | ккал 108, бел 12, жир 10, угле 12                                              | 52-70                         |
| 160                   | каша перловая рассыпчатая            | ккал 219, бел 7, жир 0, угле 33                                                | 5-36                          |
| 20                    | хлеб пшеничный (нарезка)             | ккал 99, бел 2, угле 12                                                        | 2-73                          |
| 40                    | хлеб ржаной украинский               | ккал 76, бел 1, жир 1, угле 15                                                 | 3-54                          |
| 200                   | чай с сахаром                        | ккал 14, угле 3                                                                | 1-51                          |
| Итого за Обед 2 смена |                                      |                                                                                | 91-16                         |
| Итого за день         |                                      |                                                                                | 182-32                        |

Директор

Бондаренко  
Ю. А.Заведующая  
столовойСавельчикова  
И. В.

Диет. сестра

Пешева Л. Л.

**Питание ОБЗ 2/5 (5-11классы)**

| Выход (г)                  | Наименование блюда                          | н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|----------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>      |                                             |                                                                               |                               |
| 100                        | салат из свежих огурцов с<br>луком          | кКал=10, бел+1, жи+1, Угл+1                                                   | 14-05                         |
| 90                         | омлет натуральный                           | кКал=42, бел+9, жир+11, Угл+2                                                 | 16-87                         |
| 50                         | бутерброд с сыром и маслом                  | кКал=208, бел+7, жир+13, Угл+15                                               | 20-53                         |
| 200                        | чай с сахаром                               | кКал=14, Угл+3                                                                | 1-51                          |
| 20                         | хлеб пшеничный (нарезка)                    | кКал=59, бел+2, Угл+12                                                        | 3-14                          |
| 300                        | апельсины                                   | кКал=75, бел+4, жир+1, Угл+19                                                 | 58-27                         |
| Итого за Завтрак           |                                             |                                                                               | 114-37                        |
| <b><u>Обед</u></b>         |                                             |                                                                               |                               |
| 100                        | салат из помидоров с<br>растительным маслом | кКал=113, бел+3, жир+10, Угл+4                                                | 13-70                         |
| 200                        | суп картофельный с<br>бобовыми              | кКал=203, бел+9, жир+6, Угл+28                                                | 6-84                          |
| 100                        | голубцы ленивые                             | кКал=100, бел+2, жир+11, Угл+12                                               | 52-70                         |
| 160                        | каша перловая рассыпчатая                   | кКал=279, бел+5, жир+3, Угл+51                                                | 5-36                          |
| 20                         | хлеб пшеничный (нарезка)                    | кКал=59, бел+2, Угл+12                                                        | 3-14                          |
| 200                        | чай с сахаром                               | кКал=14, Угл+3                                                                | 1-51                          |
| 140                        | яблоко                                      | кКал=66, бел+1, жир+1, Угл+14                                                 | 19-15                         |
| Итого за Обед              |                                             |                                                                               | 102-40                        |
| <b><u>Обед 2 смена</u></b> |                                             |                                                                               |                               |
| 80                         | салат из свежих огурцов с<br>луком          | кКал=10, бел+1, жи+1, Угл+1                                                   | 11-24                         |
| 200                        | суп картофельный с<br>бобовыми              | кКал=203, бел+9, жир+6, Угл+28                                                | 6-84                          |
| 100                        | голубцы ленивые                             | кКал=100, бел+2, жир+11, Угл+12                                               | 52-70                         |
| 180                        | каша перловая рассыпчатая                   | кКал=279, бел+5, жир+3, Угл+51                                                | 6-03                          |
| 200                        | чай с сахаром                               | кКал=14, Угл+3                                                                | 1-51                          |
| 20                         | хлеб пшеничный (нарезка)                    | кКал=59, бел+2, Угл+12                                                        | 2-73                          |
| 200                        | мандарины                                   | кКал=76, бел+2, Угл+15                                                        | 46-20                         |
| Итого за Обед 2 смена      |                                             |                                                                               | 127-25                        |
| <b><u>Полдник</u></b>      |                                             |                                                                               |                               |
| 110                        | пирог с повидлом                            | кКал=120, бел+4, жир+5, Угл+29                                                | 10-99                         |
| 200                        | чай с сахаром                               | кКал=14, Угл+3                                                                | 1-51                          |
| 130                        | яблоко                                      | кКал=66, бел+1, жир+1, Угл+14                                                 | 18-75                         |
| 280                        | йогурт фруктовый                            | кКал=67, бел+4, жир+3, Угл+11                                                 | 59-20                         |
| Итого за Полдник           |                                             |                                                                               | 90-45                         |
| Итого за день              |                                             |                                                                               | 434-47                        |

Заведующая  
столовойСавельникова  
ИВ

Диет. сестра

Пешева Т.Л.

**Питание ОВЗ 2/5 (1-4 класс)**

| Выход (г) | Наименование блюда | н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
|-----------|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|

Завтрак

|                  |                                 |                                  |       |
|------------------|---------------------------------|----------------------------------|-------|
| 100              | салат из свежих огурцов с луком | ккал=16, бел+1, Угл+3            | 14-05 |
| 90               | омлет натуральный               | ккал=122, бел+9, Жир+11, Угл+2   | 16-87 |
| 50               | бутерброд с сыром и маслом      | ккал=208, бел+7, Жир+14, Угл+13  | 20-53 |
| 200              | чай с сахаром                   | ккал=14, Угл+3                   | 1-51  |
| 20               | хлеб пшеничный (нарезка)        | ккал=99, бел+2, Угл+12           | 3-14  |
| 160              | мандарины                       | ккал=67, бел+1, Угл+12           | 36-96 |
| Итого за Завтрак |                                 | ккал=590, бел+20, Жир+24, Угл+37 | 93-06 |

Обед

|               |                                          |                                    |        |
|---------------|------------------------------------------|------------------------------------|--------|
| 100           | салат из помидоров с растительным маслом | ккал=113, бел+1, Жир+10, Угл+4     | 13-70  |
| 200           | суп картофельный с бобовыми              | ккал=203, бел+9, Жир+6, Угл+28     | 6-84   |
| 100           | голубцы ленивые                          | ккал=188, бел+12, Жир+10, Угл+12   | 52-70  |
| 160           | каша перловая рассыпчатая                | ккал=204, бел+5, Жир+6, Угл+33     | 5-36   |
| 200           | чай с сахаром                            | ккал=14, Угл+3                     | 1-51   |
| 140           | яблоко                                   | ккал=66, бел+1, Жир+1, Угл+14      | 19-15  |
| Итого за Обед |                                          | ккал=593, бел+28, Жир+27, Угл+94   | 99-26  |
| Итого за день |                                          | ккал=1183, бел+48, Жир+51, Угл+131 | 192-32 |

Заведующая  
столовойСидельникова  
Н.В.

Диет. сестра

Пешова Т.Т.

## Питание ФКУ 2/5 (ФКУ)

| Выход (г)     | Наименование блюда                         | мл. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <u>Обед</u>   |                                            |                                                                             |                         |
| 100           | салат из капусты пекинской и свежих овощей | скал-71, бел-1, жир-7, Vit-2                                                | 18-66                   |
| 200           | щи из квашенной капусты с картофелем       | скал-133, бел-3, жир-7, Vit-13                                              | 4-37                    |
| 160           | картофель запеченный                       | скал-193, бел-4, жир-7, Vit-28                                              | 8-84                    |
| 30            | хлеб ФКУ                                   |                                                                             | 27-00                   |
| 200/10        | чай с лимоном                              | скал-14, Vit-3                                                              | 3-08                    |
| 50            | печенье безглютеновое                      |                                                                             | 108-34                  |
| 130           | мандарины                                  | скал-49, бел-1, Vit-10                                                      | 30-10                   |
| 130           | яблоко                                     | скал-60, бел-1, жир-1, Vit-13                                               | 17-78                   |
| Итого за Обед |                                            |                                                                             | 218-17                  |
| Итого за день |                                            |                                                                             | 218-17                  |



Директор  
И.А.

Заведующая  
столовой

Сидельникова  
Н.В.

Диев сестра

Пешева Л.Л.

## 1-11 классы 2/5 (5-11 классы)

| Выход (г)             | Наименование блюда                                          | н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Завтрак</b>        |                                                             |                                                                            |                         |
| 80                    | омлет натуральный                                           | ккал=126, бел=8, жир=10, угле=2                                            | 21-00                   |
| 200                   | чай с сахаром                                               | ккал=14, угле=3                                                            | 2-00                    |
| 20                    | хлеб пшеничный (нарезка)                                    | ккал=99, бел=2, угле=12                                                    | 4-00                    |
| 50                    | бутерброд с сыром и маслом                                  | ккал=208, бел=7, жир=13, угле=13                                           | 23-00                   |
| Итого за Завтрак      |                                                             |                                                                            | 50-00                   |
| <b>Обед</b>           |                                                             |                                                                            |                         |
| 100                   | салат из квашеной капусты с луком                           | ккал=12, бел=2, угле=3                                                     | 25-00                   |
| 100                   | салат из свежих огурцов с луком                             | ккал=16, бел=1, угле=3                                                     | 14-00                   |
| 100                   | салат из помидоров с растительным маслом                    | ккал=114, бел=1, жир=10, угле=17                                           | 16-00                   |
| 200                   | суп картофельный с бобовыми                                 | ккал=218, бел=10, жир=6, угле=28                                           | 10-00                   |
| 100                   | голубцы ленивые                                             | ккал=188, бел=12, жир=10, угле=12                                          | 60-00                   |
| 200                   | запеченная куриная печень                                   | ккал=254, бел=10, жир=6, угле=42                                           | 92-00                   |
| 160                   | каша гречневая рассыпчатая                                  | ккал=252, бел=5, жир=9, угле=91                                            | 6-00                    |
| 180                   | рис припущенный с овощами                                   | ккал=252, бел=5, жир=9, угле=91                                            | 16-00                   |
| 200                   | вареники с картофелем (полуфабрикат)                        | ккал=115, бел=17, жир=40                                                   | 46-00                   |
| 80                    | колбаски для жарки                                          | ккал=238, бел=4, жир=10, угле=27                                           | 48-00                   |
| 180                   | макароны отварные                                           | ккал=14, угле=3                                                            | 13-00                   |
| 200/10                | чай с лимоном                                               | ккал=14, угле=3                                                            | 4-00                    |
| 20                    | хлеб пшеничный (нарезка)                                    | ккал=99, бел=2, угле=12                                                    | 4-00                    |
| 30                    | хлеб ржаной украинский                                      | ккал=99, бел=2, угле=12                                                    | 3-00                    |
| 200                   | компот из ягод замороженных                                 | ккал=98, угле=23                                                           | 15-00                   |
| 200                   | компот из плодов и ягод сушеных (курага)                    | ккал=99, бел=1, угле=10                                                    | 12-00                   |
| 200                   | чай с сахаром                                               | ккал=14, угле=3                                                            | 2-00                    |
| Итого за Обед         |                                                             |                                                                            | 386-00                  |
| <b>Обед 2 смена</b>   |                                                             |                                                                            |                         |
| 120                   | салат из жареных баклажанов с помидорами                    | ккал=163, бел=7, жир=15                                                    | 33-00                   |
| 200                   | суп картофельный с фрикадельками                            | ккал=115, жир=1, угле=1                                                    | 28-00                   |
| 100                   | салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом | ккал=92, бел=1, жир=9, угле=2                                              | 20-00                   |
| 70                    | сосиска отварная куриная                                    | ккал=163, бел=7, жир=15                                                    | 33-00                   |
| 180                   | макароны отварные                                           | ккал=218, бел=10, жир=6, угле=28                                           | 13-00                   |
| 20                    | хлеб пшеничный (нарезка)                                    | ккал=99, бел=2, угле=12                                                    | 4-00                    |
| 30                    | хлеб ржаной украинский                                      | ккал=99, бел=2, угле=12                                                    | 3-00                    |
| 200/10                | чай с лимоном                                               | ккал=14, угле=3                                                            | 4-00                    |
| 280                   | йогурт фруктовый                                            | ккал=67, бел=4, жир=3, угле=6                                              | 71-00                   |
| Итого за Обед 2 смена |                                                             |                                                                            | 209-00                  |
| Итого за день         |                                                             |                                                                            | 645-00                  |

Директор

Бондаренко Ю.А.

Заведующий столовой

С.А. Давыдова

Дир. сестры

Пешева Т.Т.