

1-4 классы льгота 3/1 (1-4 класс)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
200	каша пшеничная молочная жидкая	кКал-221, Бел-7, Жир-7, Угл-31	20-03
40	гренки с сыром	кКал-244, Бел-9, Жир-8, Угл-34	17-49
200	чай с ягодой	кКал-20, Бел-1, Угл-4	4-64
40	яйцо вареное	кКал-57, Бел-5, Жир-5	5-50
20	батон нарезной	кКал-79, Бел-2, Жир-1, Угл-15	2-91
100	мандарины	кКал-42, Бел-1, Угл-8	36-28
Итого за Завтрак			86-70
<u>Обед 2 смена</u>			
200	щи из квашенной капусты с картофелем	кКал-115, Бел-3, Жир-7, Угл-11	13-77
130	птица отварная, соус томатный с овощами	кКал-294, Бел-17, Жир-23, Угл-6	61-69
150	каша гречневая рассыпчатая	кКал-254, Бел-9, Жир-6, Угл-42	5-32
200	Чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	2-73
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
Итого за Обед 2 смена			86-67
Итого за день			173-37



Директор

Бондаренко
Ю.А.Заведующая
столовойСапельникова
И.В.

Диет. сестра

Пешева Л.Л.

5-11 классы льгота 3/1 (5-11 классы)

Выход (г)	Наименование блюда	нп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	салат витаминный 2 вар	ккал=117, белки=2, углед=10	13-31
200	щи из квашенной капусты с картофелем	ккал=118, белки=4, углед=7, Витамины	12-45
90	птица отварная	ккал=210, белки=15, углед=7	48-21
20	соус томатный с овощами	ккал=11, белки=1, углед=1, Витамины	1-46
180	каша гречневая рассыпчатая	ккал=280, белки=10, углед=5, Витамины	5-99
200/10	чай с лимоном	ккал=14, углед=1	3-10
40	хлеб пшеничный (нарезка)	ккал=117, белки=4, углед=7, Витамины	5-46
20	хлеб ржаной украинский	ккал=90, белки=1, углед=8	1-77
Итого за Обед			91-75
Обед 2 смена			
100	салат витаминный 2 вар	ккал=117, белки=2, углед=10	13-31
200	щи из квашенной капусты с картофелем	ккал=118, белки=4, углед=7, Витамины	12-45
90	птица отварная	ккал=210, белки=15, углед=7	48-21
20	соус томатный с овощами	ккал=11, белки=1, углед=1, Витамины	1-46
180	каша гречневая рассыпчатая	ккал=280, белки=10, углед=5, Витамины	5-99
200/10	чай с лимоном	ккал=14, углед=1	3-10
40	хлеб пшеничный (нарезка)	ккал=117, белки=4, углед=7, Витамины	5-46
20	хлеб ржаной украинский	ккал=90, белки=1, углед=8	1-77
Итого за Обед 2 смена			91-75
Итого за день			183-50

Заведующая
столовойСавельникова
И.В.

Диет. сестра

Пешева П.П.

5-11 кл. дети мобилизованных 3/1 (5-11 классы)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	салат витаминный 2 вар	ккал-140, бел-2, угле-10	13-31
200	щи из квашенной капусты с картофелем	ккал-115, бел-3, жир-7, угле-11	12-45
90	птица отварная	ккал-210, бел-15, жир-17	48-21
20	соус томатный с овощами	ккал-61, бел-1, жир-0, угле-6	1-46
180	каша гречневая рассыпчатая	ккал-280, бел-10, жир-6, угле-47	5-99
200/10	чай с лимоном	ккал-14, угле-3	3-10
40	хлеб пшеничный (нарезка)	ккал-117, бел-4, жир-1, угле-24	5-46
20	хлеб ржаной украинский	ккал-99, бел-1, угле-8	1-77
Итого за Обед			91-75
Обед 2 смена			
80	салат витаминный 2 вар	ккал-140, бел-2, угле-10	10-64
200	щи из квашенной капусты с картофелем	ккал-115, бел-3, жир-7, угле-11	12-45
90	птица отварная	ккал-210, бел-15, жир-17	48-21
20	соус томатный с овощами	ккал-61, бел-1, жир-0, угле-6	1-46
180	каша гречневая рассыпчатая	ккал-280, бел-10, жир-6, угле-47	5-99
200/10	чай с лимоном	ккал-14, угле-3	3-10
40	хлеб пшеничный (нарезка)	ккал-117, бел-4, жир-1, угле-24	5-46
20	хлеб ржаной украинский	ккал-99, бел-1, угле-8	1-77
Итого за Обед 2 смена			89-08
Итого за день			180-83



Заведующая столовой

Самельникова И В

Диет. сестра

Пешева Л. Л.

Питание ОБЗ 3/1 (5-11классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	каша пшеничная молочная жидкая	кКал-221, Бел-7, Жир-7, Угл-31	19-88
50	гренки с сыром	кКал-244, Бел-9, Жир-8, Угл-34	17-49
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
20	яйцо вареное	кКал-28, Бел-2, Жир-2	5-50
30	батон нарезной	кКал-118, Бел-3, Жир-1, Угл-23	4-37
350	апельсины	кКал-198, Бел-5, Жир-1, Угл-43	67-98
Итого за Завтрак			116-61
<u>Обед</u>			
100	салат из помидоров с растительным маслом	кКал-113, Бел-1, Жир-10, Угл-4	13-05
200	щи из квашенной капусты с картофелем	кКал-115, Бел-3, Жир-7, Угл-11	12-45
90	птица отварная	кКал-210, Бел-15, Жир-17	48-21
20	соус томатный с овощами	кКал-61, Бел-1, Жир-4, Угл-6	1-46
180	каша гречневая рассыпчатая	кКал-286, Бел-10, Жир-6, Угл-47	5-99
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
30	кондитерское изделие 30г	кКал-160, Бел-2, Жир-9, Угл-17	13-50
Итого за Обед			100-96
<u>Обед 2 смена</u>			
100	салат из свежих огурцов с луком	кКал-16, Бел-1, Угл-3	13-77
200	щи из квашенной капусты с картофелем	кКал-115, Бел-3, Жир-7, Угл-11	12-45
90	птица отварная	кКал-210, Бел-15, Жир-17	48-21
180	каша гречневая рассыпчатая	кКал-286, Бел-10, Жир-6, Угл-47	5-99
30	соус томатный с овощами	кКал-91, Бел-2, Жир-6, Угл-9	2-20
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
160	яблоко	кКал-75, Бел-1, Жир-1, Угл-16	23-08
Итого за Обед 2 смена			112-00
<u>Полдник</u>			
100	слойка с сосиской		40-00
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
320	апельсины	кКал-181, Бел-4, Жир-1, Угл-39	62-16
Итого за Полдник			103-55
Итого за день			433-12

Директор

Бондаренко
Ю. А.Заведующая
столовойСавельникова
И. В.

Диет. сестра

Пешева Л. Л.

Питание ОВЗ 3/1 (1-4 класс)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	каша пшеничная молочная жидкая	кКал-221, Бел-7, Жир-7, Угл-31	19-88
50	гренки с сыром	кКал-244, Бел-9, Жир-8, Угл-34	17-49
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
20	яйцо вареное	кКал-28, Бел-2, Жир-2	5-50
30	батон нарезной	кКал-118, Бел-3, Жир-1, Угл-23	4-37
350	апельсины	кКал-198, Бел-5, Жир-1, Угл-43	67-98
Итого за Завтрак			116-61
<u>Обед</u>			
200	щи из квашенной капусты с картофелем	кКал-115, Бел-3, Жир-7, Угл-11	12-45
90	птица отварная	кКал-210, Бел-15, Жир-17	48-21
20	соус томатный с овощами	кКал-61, Бел-1, Жир-4, Угл-6	1-46
180	каша гречневая рассыпчатая	кКал-286, Бел-10, Жир-6, Угл-47	5-99
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
Итого за Обед			74-41
Итого за день			191-02

Директор

Бондаренко
Ю.А.Заведующая
столовойСавельникова
И.В.

Диет. сестра

Пешева Л.Л.

1-11 классы 3/1 (5-11 классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	каша пшеничная молочная жидкая	кКал=223, бел=7, Жир=7, Угл=31	26-00
200	чай с сахаром	кКал=14, бел=0, Жир=0, Угл=3	2-00
20	батон нарезной	кКал=270, бел=2, Жир=1, Угл=15	3-00
40	бутерброд с сыром	кКал=196, бел=6, Жир=11, Угл=12	17-00
Итого за Завтрак			48-00
<u>Обед</u>			
100	салат из свежих огурцов с луком	кКал=16, бел=1, Угл=3	17-00
60	рубленые яйца с маслом и луком	кКал=78, бел=6, Жир=6, Угл=1	22-00
80/5	сельдь с луком	кКал=142, Жир=15, Угл=1	43-00
100	салат из помидоров с растительным маслом	кКал=113, бел=1, Жир=10, Угл=4	16-00
200	щи из квашенной капусты с картофелем	кКал=115, бел=3, Жир=7, Угл=11	15-00
100	курица запеченная в кисло-сладком соусе	кКал=107, бел=11, Жир=1, Угл=15	96-00
200	вареники с картофелем (полуфабрикат)	кКал=114, бел=17, Жир=4	52-00
160	пельмени отварные (куриные)	кКал=99, бел=14, Жир=21, Угл=38	72-00
90	курица отварная	кКал=262, бел=18, Жир=21	58-00
30	соус томатный с овощами	кКал=91, бел=2, Жир=0, Угл=9	2-00
180	макароны отварные	кКал=208, бел=4, Жир=10, Угл=27	13-00
180	рис припущенный с овощами	кКал=252, бел=5, Жир=0, Угл=50	17-00
160	каша гречневая рассыпчатая	кКал=254, бел=9, Жир=0, Угл=42	6-00
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал=39, бел=2, Угл=12	4-00
30	хлеб ржаной украинский	кКал=39, бел=2, Угл=12	3-00
200	компот из ягод замороженных	кКал=98, Угл=23	15-00
Итого за Обед			451-00
<u>Обед 2 смена</u>			
100	салат из квашеной капусты с луком	кКал=12, бел=2, Угл=5	26-00
200	суп с макаронными изделиями на курином бульоне	кКал=137, бел=5, Жир=10, Угл=15	27-00
100	курица запеченная	кКал=287, бел=27, Жир=20	50-00
100	шницель из куриного филе	кКал=163, бел=19, Жир=4, Угл=13	86-00
180	картофель отварной с маслом	кКал=211, бел=4, Жир=8, Угл=40	14-00
200	чай с сахаром	кКал=14, бел=0, Жир=0, Угл=3	2-00
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал=39, бел=2, Угл=12	4-00
Итого за Обед 2 смена			209-00
Итого за день			708-00



Директор

Вандаренко Ю. А.

Заведующая столовой

Селезнева И. В.

Диет. сестра

Пешева Т. Т.

Питание ФКУ 3/1 (ФКУ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
80	помидоры свежие	ккал 19, белк 1, Угл 3	10-11
200	суп картофельный с крупой	ккал 163, белк 4, Жир 9, Угл 16	5-37
180	картофель отварной с маслом	ккал 211, белк 4, Жир 8, Угл 30	15-21
40	хлеб ФКУ		36-00
200	чай с сахаром	ккал 14, Угл 3	1-48
55	печенье безглютеновое		84-33
130	яблоко	ккал 61, белк 1, Жир 1, Угл 13	17-78
200	мандарины	ккал 79, белк 2, Жир 1	46-19
Итого за Обед		ккал 544, белк 12, Жир 18, Угл 80	216-47
Итого за день		ккал 544, белк 12, Жир 18, Угл 80	216-47

Заведующая
столовойСидельникова
И В

Диет. сестра

Пешева Т. Т.