

1-4 классы льгота 3/3 (1-4 класс)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
120	сырники из творога запеченные	кКал-204, Бел-15, Жир-8, Угл-18	37-18
30	соус сладкий сметанный	кКал-49, Бел-1, Жир-4, Угл-2	9-26
200	какао с молоком	кКал-108, Бел-7, Жир-5, Угл-8	14-60
20	батон нарезной	кКал-118, Бел-3, Жир-1, Угл-23	4-37
130	мандарины	кКал-46, Бел-1, Угл-9	23-10
Итого за Завтрак			87-05
<u>Обед 2 смена</u>			
200	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-9	12-00
90	гуляш из отварной птицы	кКал-193, Бел-10, Жир-15, Угл-4	52-31
170	картофельное пюре	кКал-234, Бел-5, Жир-10, Угл-31	16-07
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	3-25
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-88, Бел-3, Жир-1, Угл-18	2-73
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
Итого за Обед 2 смена			86-77
Итого за день			173-82

Директор

Бондаренко
Ю.А.Заведующая
столовойСавельникова
И.В.

Диет. сестра

Пешева Л.Л.



5-11 классы льгота 3/3 (5-11 классы)

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

Обед

200	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-9	12-00
90	гуляш из отварной птицы	кКал-193, Бел-10, Жир-15, Угл-4	52-31
180	картофельное пюре	кКал-234, Бел-5, Жир-10, Угл-31	16-07
200	компот из смеси сухофруктов	кКал-118, Бел-2, Угл-27	5-49
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			90-78

Обед 2 смена

200	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-9	12-00
90	гуляш из отварной птицы	кКал-193, Бел-10, Жир-15, Угл-4	52-31
180	картофельное пюре	кКал-234, Бел-5, Жир-10, Угл-31	16-07
200	компот из смеси сухофруктов	кКал-118, Бел-2, Угл-27	5-49
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 2 смена			90-78

Итого за день

181-56



Директор

Бондаренко
Ю. А.Заведующая
столовойСапельникова
И. В.

Диет. сестра

Пешева Л. Л.

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
200	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-9	12-00
90	гуляш из отварной птицы	кКал-193, Бел-10, Жир-15, Угл-4	52-31
180	картофельное пюре	кКал-234, Бел-5, Жир-10, Угл-31	16-07
200	компот из смеси сухофруктов	кКал-118, Бел-2, Угл-27	5-49
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			90-78
<u>Обед 2 смена</u>			
200	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-9	12-00
90	гуляш из отварной птицы	кКал-193, Бел-10, Жир-15, Угл-4	52-31
180	картофельное пюре	кКал-234, Бел-5, Жир-10, Угл-31	16-07
200	компот из смеси сухофруктов	кКал-118, Бел-2, Угл-27	5-49
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 2 смена			90-78
Итого за день			181-56

Директор

Бондаренко
Ю. А.Заведующая
столовойСапельникова
И В

Диет. сестра

Пешева Л. Л.

Питание ОВЗ 3/3 (5-11классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
80	сырники из творога запеченные	кКал-204, Бел-15, Жир-8, Угл-18	37-18
30	соус сладкий сметанный	кКал-49, Бел-1, Жир-4, Угл-2	9-26
200	какао с молоком	кКал-108, Бел-7, Жир-5, Угл-8	14-60
30	батон нарезной	кКал-118, Бел-3, Жир-1, Угл-23	4-37
200	мандарины	кКал-76, Бел-2, Угл-15	46-31
Итого за Завтрак			111-72
<u>Обед</u>			
100	салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	кКал-92, Бел-1, Жир-9, Угл-2	14-51
200	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-9	12-00
90	гуляш из отварной птицы	кКал-193, Бел-10, Жир-15, Угл-4	52-31
180	картофельное пюре	кКал-234, Бел-5, Жир-10, Угл-31	16-07
200	компот из смеси сухофруктов	кКал-118, Бел-2, Угл-27	5-49
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			104-88
<u>Обед 2 смена</u>			
100	салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	кКал-92, Бел-1, Жир-9, Угл-2	14-51
200	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-9	12-00
90	гуляш из отварной птицы	кКал-193, Бел-10, Жир-15, Угл-4	52-31
180	картофельное пюре	кКал-234, Бел-5, Жир-10, Угл-31	17-34
200/10	чай с лимоном	кКал-14, Угл-3	3-25
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	2-73
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
200	мандарины	кКал-76, Бел-2, Угл-15	46-20
Итого за Обед 2 смена			150-11
<u>Полдник</u>			
90	бутерброд с сыром и колбасой	кКал-255, Бел-15, Жир-18, Угл-17	31-15
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-55
240	яблоко	кКал-113, Бел-1, Жир-1, Угл-24	32-84
Итого за Полдник			65-54
Итого за день			432-25



Директор

Бондаренко
Ю.А.Заведующая
столовой

Сапельникова
И.В.

Диет. сестра

Пешева Л.Л.

Питание ОВЗ 3/3 (1-4 класс)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
80	сырники из творога запеченные	кКал-204, Бел-15, Жир-8, Угл-18	37-18
30	соус сладкий сметанный	кКал-49, Бел-1, Жир-4, Угл-2	9-26
200	какао с молоком	кКал-108, Бел-7, Жир-5, Угл-8	14-60
30	батон нарезной	кКал-118, Бел-3, Жир-1, Угл-23	4-37
100	мандарины	кКал-38, Бел-1, Угл-8	23-15
Итого за Завтрак			88-56
<u>Обед</u>			
100	салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	кКал-92, Бел-1, Жир-9, Угл-2	14-51
90	гуляш из отварной птицы	кКал-193, Бел-10, Жир-15, Угл-4	52-31
180	картофельное пюре	кКал-234, Бел-5, Жир-10, Угл-31	16-07
200	компот из смеси сухофруктов	кКал-118, Бел-2, Угл-27	5-49
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	2-73
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
30	кондитерское изделие 30г	кКал-160, Бел-2, Жир-9, Угл-17	10-32
Итого за Обед			103-20
Итого за день			191-76



Директор

Бондаренко Ю.А.

Заведующая
столовойСапельникова
И.В.

Диет. сестра

Пешева Л.Л.

Питание ФКУ 3/3 (ФКУ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	салат из помидоров с растительным маслом	кКал-113, Бел-1, Жир-10, Угл-4	14-53
200	суп картофельный	кКал-107, Бел-2, Жир-4, Угл-16	5-39
180	макароны отварные ФКУ	кКал-158, Жир-36	59-69
30	хлеб ФКУ		27-00
200/10	чай с лимоном	кКал-14, Угл-3	3-11
30	печенье безглютеновое		90-00
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-51
100	яблоко	кКал-47, Угл-10	13-67
Итого за Обед		кКал-453, Бел-3, Жир-50, Угл-36	214-90
Итого за день		кКал-453, Бел-3, Жир-50, Угл-36	214-90

Заведующая
столовой

Сабельникова
И.В.

Диет. сестра

Пешева Л.Л.

1-11 классы 3/3 (5-11 классы)

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

Завтрак

80	сырники из творога запеченные	кКал-204, Бел-15, Жир-8, Угл-18	47-00
20	соус сладкий сметанный	кКал-33, Бел-1, Жир-3, Угл-1	8-00
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	2-00
Итого за Завтрак			57-00

Обед

100	салат из свежих огурцов с луком	кКал-16, Бел-1, Угл-3	17-00
100	салат из квашеной капусты с луком	кКал-32, Бел-2, Угл-5	26-00
100	сельдь под шубой		25-00
200	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-9	16-00
80	гуляш из отварной птицы	кКал-172, Бел-9, Жир-14, Угл-3	55-00
160	каша перловая рассыпчатая	кКал-209, Бел-5, Жир-6, Угл-33	6-00
160	каша гречневая рассыпчатая	кКал-254, Бел-9, Жир-6, Угл-42	6-00
180	рис припущенный с овощами	кКал-252, Бел-5, Жир-9, Угл-39	15-00
180	картофельное пюре	кКал-234, Бел-5, Жир-10, Угл-31	18-00
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	2-00
200	компот из ягод замороженных	кКал-98, Угл-23	15-00
200	компот из плодов и ягод сушеных (курага)	кКал-69, Бел-1, Угл-16	11-00
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	4-00
30	хлеб ржаной украинский	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-00
200	вареники с картофелем (полуфабрикат)	кКал-515, Бел-37, Жир-40	52-00
Итого за Обед			271-00

Обед 2 смена

100	салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	кКал-92, Бел-1, Жир-9, Угл-2	24-00
100	салат из помидоров с растительным маслом	кКал-113, Бел-1, Жир-10, Угл-4	17-00
200	рассольник на мясном бульоне	кКал-173, Бел-4, Жир-10, Угл-16	34-00
80	тефтели из говядины, филе куриного (паровые)	кКал-218, Бел-16, Жир-12, Угл-11	67-00
100	шницель из куриного филе	кКал-163, Бел-19, Жир-4, Угл-13	87-00
180	макароны отварные	кКал-218, Бел-4, Жир-10, Угл-27	13-00
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	4-00
Итого за Обед 2 смена			246-00
Итого за день			574-00

Директор

Бондаренко
Ю.А.Заведующая
столовойСапельникова
И.В.

Диет сестра

Пешева Л.Л.