

меню (7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
150	Запеканка (сырники) из творога с морковью творог: полужирный 9%, морковь, крупа манная, сахар-песок, масло крестьянское несоленое, молоко пастеризованное 3,2%, яйца куриные, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-306, Белки-20, Жиры-17, Углеводы-18
20	Молоко сгущенное	Калор.-63, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11
20	Хлеб пшеничный	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
10	Хлеб ржаной	Калор.-20, Белки-1, Углеводы-4
100	Яблоки	Калор.-49, Углеводы-12
200	Чай с молоком (0,4/10) молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, чай черный байховый	Калор.-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14
Итого за Завтрак		Калор.-578, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-69
Завтрак 2		
200	Сок	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
Итого за Завтрак 2		Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
Обед		
100	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом капуста белокочанная, морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль йодированная	Калор.-93, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9
200	Суп картофельный с бобовыми картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-131, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20
200	Плов из мяса кур цыплята бройлеры 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-325, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-38
50	Хлеб ржаной	Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
60	Хлеб пшеничный	Калор.-135, Белки-4, Углеводы-28
200	Компот из кураги и изюма курага, сахар-песок, изюм	Калор.-88, Белки-1, Углеводы-23
Итого за Обед		Калор.-870, Белки-30, Жиры-23, Углеводы-139
Полдник		
40	Яйцо отварное	Калор.-63, Белки-5, Жиры-5
20	Масло сливочное	Калор.-132, Жиры-15
205	Чай с лимоном (0,4/10) сахар-песок, лимон, чай черный байховый	Калор.-40, Углеводы-10
30	Хлеб пшеничный	Калор.-68, Белки-2, Углеводы-14
100	Яблоки	Калор.-49, Углеводы-12
Итого за Полдник		Калор.-352, Белки-8, Жиры-20, Углеводы-36
Ужин		
60	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом морковь, яблоки, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок	Калор.-60, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7
90	Рыба, запеченная с сыром (минтай) минтай свежий мороженный 6%, сыр голландский брусковой 45%, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-102, Белки-16, Жиры-4
150	Картофель отварной картофель, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-136, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-24
20	Хлеб пшеничный	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
20	Хлеб ржаной	Калор.-39, Белки-1, Углеводы-8
200	Чай (вариант 2) (1/5) сахар-песок, чай черный байховый	Калор.-20, Углеводы-5
Итого за Ужин		Калор.-402, Белки-22, Жиры-11, Углеводы-54
Ужин 2		
210	Кефир	Калор.-122, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-8
Итого за Ужин 2		Калор.-122, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-8
Итого за день		Калор.-2 408, Белки-94, Жиры-84, Углеводы-327

Директор

Ю.П.Буткус

Кладовщик

Н.И. Безусова

Бухгалтер

Н.А.Курбатова



меню (12-18)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
150	Запеканка (сырники) из творога с морковью творог: полужирный 9%, морковь, крупа манная, сахар-песок, масло крестьянское несоленое, молоко пастеризованное 3,2%, яйца куриные, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль водированная	Калор.-306, Белки-20, Жиры-17, Углеводы-18
20	Молоко сгущенное	Калор.-63, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11
40	Хлеб пшеничный	Калор.-90, Белки-3, Углеводы-19
40	Хлеб ржаной	Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17
100	Яблоки	Калор.-49, Углеводы-12
200	Чай с молоком (1/5) молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, чай черный байховый	Калор.-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14
Итого за Завтрак		Калор.-681, Белки-30, Жиры-23, Углеводы-90
Завтрак 2		
200	Молоко кипяченое	Калор.-117, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
Итого за Завтрак 2		Калор.-117, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
Обед		
100	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом капуста белокочанная, морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль водированная	Калор.-93, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9
250	Суп картофельный с бобовыми картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль водированная	Калор.-164, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-25
230	Плов из мяса кур цыплята бройлеры 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль водированная	Калор.-374, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-44
50	Хлеб ржаной	Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
80	Хлеб пшеничный	Калор.-180, Белки-5, Углеводы-37
200	Компот из кураги и изюма курага, сахар-песок, изюм	Калор.-88, Белки-1, Углеводы-23
46	Мясо кур отварное	Калор.-77, Белки-7, Жиры-6
200	Сок	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
Итого за Обед		Калор.-1 160, Белки-43, Жиры-32, Углеводы-180
Полдник		
40	Яйцо отварное	Калор.-63, Белки-5, Жиры-5
20	Масло сливочное	Калор.-132, Жиры-15
30	Хлеб пшеничный	Калор.-68, Белки-2, Углеводы-14
100	Яблоки	Калор.-49, Углеводы-12
200/5	Чай с лимоном (2/10) сахар-песок, лимон, чай черный байховый	Калор.-40, Углеводы-10
Итого за Полдник		Калор.-352, Белки-8, Жиры-20, Углеводы-36
Ужин		
100	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом морковь, яблоки, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок	Калор.-100, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-12
110	Рыба, запеченная с сыром (минтай) минтай свежий мороженый 6%, сыр голландский брусковой 45%, масло подсолнечное рафинированное, соль водированная	Калор.-124, Белки-19, Жиры-5
180	Картофель отварной картофель, масло крестьянское несоленое, соль водированная	Калор.-163, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29
30	Хлеб пшеничный	Калор.-68, Белки-2, Углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калор.-59, Белки-2, Углеводы-13
200	Чай (вариант 2) (1/5) сахар-песок, чай черный байховый	Калор.-20, Углеводы-5
Итого за Ужин		Калор.-533, Белки-28, Жиры-16, Углеводы-72
Ужин 2		
230	Кефир	Калор.-134, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-9
20	Хлеб пшеничный	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
Итого за Ужин 2		Калор.-179, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-19
Итого за день		Калор.-3 021, Белки-123, Жиры-104, Углеводы-406

Директор



Ю.П.Буткус

Складовщик



Н.И. Безусова

Бухгалтер



Н.А.Курбатова



Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

Владелец сертификата: организация, сотрудник

Сертификат: серийный номер, период действия

Дата и время подписания

Подписи отправителя:  Батурина Елена Владимировна018B9E8187C33C94B4B1BCAD0F3B977A
с 13.05.2022 13:25 по 06.08.2023 13:25
GMT+03:0029.03.2023 11:00 GMT+03:00
Подпись соответствует файлу документаПодписи получателя:  ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ "НИЖНЕТАГИЛЬСКАЯ
ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 2, РЕАЛИЗУЮЩАЯ
АДАПТИРОВАННЫЕ ОСНОВНЫЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ"
Буткус Юлия Павловна, Директор37DB00170E3558C5BC17A1CDB8898B78
с 12.09.2022 14:10 по 06.12.2023 14:10
GMT+03:0029.03.2023 11:26 GMT+03:00
Подпись соответствует файлу документа