

меню (7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	Каши геркулесовая молочная с маслом сливочным	Калор.-192, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27
<i>молоко пастеризованное 3,2%, хлопья "геркулес", масло крестьянское несоленое, сахар-песок, соль йодированная</i>		
15	Сыр (порциями)	Калор.-78, Белки-4, Жиры-7
10	Масло сливочное	Калор.-66, Жиры-7
50	Хлеб пшеничный	Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23
25	Хлеб ржаной	Калор.-49, Белки-2, Углеводы-11
200	Какао с молоком (вариант 2) (4/5)	Калор.-83, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-11
<i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, какао-порошок</i>		
Итого за Завтрак		Калор.-580, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-71
Завтрак 2		
200	Яблоки	Калор.-98, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23
Итого за Завтрак 2		Калор.-98, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23
Обед		
100	Салат из моркови с растительным маслом	Калор.-98, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-11
<i>морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок</i>		
200	Суп картофельный с бобовыми	Калор.-131, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20
<i>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>		
20	Гренки (сухарики)	Калор.-54, Белки-2, Углеводы-11
120	Рыба, тушеная с овощами (минтай)	Калор.-124, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-6
<i>минтай свежий мороженый б/с, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль йодированная</i>		
150	Рагу из овощей	Калор.-110, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17
<i>картофель, морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</i>		
40	Хлеб пшеничный	Калор.-90, Белки-3, Углеводы-19
50	Хлеб ржаной	Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
200	Компот из сухофруктов	Калор.-88, Белки-1, Углеводы-23
<i>сухофрукты, сахар-песок</i>		
Итого за Обед		Калор.-793, Белки-28, Жиры-22, Углеводы-128
Полдник		
110	Запеканка (сырники) из творога	Калор.-231, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-15
<i>творог полужирный 9%, крупа манная, сахар-песок, яйца куриные, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>		
20	Хлеб пшеничный	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
200	Сок (персиковый)	Калор.-133, Белки-1, Углеводы-34
Итого за Полдник		Калор.-409, Белки-21, Жиры-11, Углеводы-58
Ужин		
60	Икра из кабачков	Калор.-65, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7
100	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	Калор.-190, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-6
<i>говядина б/с, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</i>		
20	Хлеб пшеничный	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
200	Кисель с витаминами Витошка	Калор.-92, Углеводы-22
<i>вода питьевая, кисель с витаминами витошка</i>		
10	Хлеб ржаной	Калор.-20, Белки-1, Углеводы-4
150	Картофельное пюре	Калор.-133, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22
<i>картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</i>		
50	Капуста тушеная	Калор.-34, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-6
<i>капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, сахар-песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>		
Итого за Ужин		Калор.-578, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-77
Ужин 2		
192	Йогурт питьевой	Калор.-152, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-22
Итого за Ужин 2		Калор.-152, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-22
Итого за день		Калор.-2 609, Белки-95, Жиры-84, Углеводы-379

Директор

Ю.П.Буткус

Кладовщик

Н.И. Бегусова

Бухгалтер

Н.А.Курбатова



меню (12-18)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
220	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным молоко пастеризованное 3,2%, хлопья "геркулес", масло крестьянское несоленое, сахар-песок, соль йодированная	Калор.-211, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-29
20	Сыр (порциями)	Калор.-103, Белки-5, Жиры-9
10	Масло сливочное	Калор.-66, Жиры-7
50	Хлеб пшеничный	Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23
50	Хлеб ржаной	Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
200	Какао с молоком (вариант 2) (4/5) молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, какао-порошок	Калор.-83, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-11
Итого за Завтрак		Калор.-674, Белки-22, Жиры-28, Углеводы-84
Завтрак 2		
200	Яблоки	Калор.-98, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23
Итого за Завтрак 2		Калор.-98, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23
Обед		
100	Салат из моркови с растительным маслом морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок	Калор.-98, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-11
250	Суп картофельный с бобовыми картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-164, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-25
20	Гренки (сухарики)	Калор.-54, Белки-2, Углеводы-11
150	Рыба, тушеная с овощами (минтай) минтай свежий мороженый б/с, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль йодированная	Калор.-155, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-8
180	Рагу из овощей картофель, морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	Калор.-132, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21
60	Хлеб пшеничный	Калор.-135, Белки-4, Углеводы-28
40	Хлеб ржаной	Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17
200	Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар-песок	Калор.-88, Белки-1, Углеводы-23
Итого за Обед		Калор.-904, Белки-33, Жиры-25, Углеводы-143
Полдник		
155	Запеканка (сырники) из творога творог полужирный 9%, крупа манная, сахар-песок, яйца куриные, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-325, Белки-26, Жиры-15, Углеводы-21
40	Хлеб пшеничный	Калор.-90, Белки-3, Углеводы-19
200	Сок (персиковый)	Калор.-133, Белки-1, Углеводы-34
10	Молоко сгущенное	Калор.-32, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-6
Итого за Полдник		Калор.-579, Белки-30, Жиры-16, Углеводы-79
Ужин		
98	Икра из кабачков	Калор.-106, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-11
100	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые говядина б/с, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-190, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-6
30	Хлеб пшеничный	Калор.-68, Белки-2, Углеводы-14
200	Кисель с витаминами Витошка вода питьевая, кисель с витаминами витошка	Калор.-92, Углеводы-22
30	Хлеб ржаной	Калор.-59, Белки-2, Углеводы-13
130	Картофельное пюре картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-115, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19
50	Капуста тушеная капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, сахар-песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-34, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-6
Итого за Ужин		Калор.-663, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-91
Ужин 2		
200	Йогурт питьевой	Калор.-158, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23
Итого за Ужин 2		Калор.-158, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23
Итого за день		Калор.-3 076, Белки-116, Жиры-98, Углеводы-443

Директор  Ю.П.Буткуз

Кладовщик  Н.И. Бесузова

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 Владимировна	018B9E8187C33C94B4B1BCAD0F3B977A с 13.05.2022 13:25 по 06.08.2023 13:25 GMT+03:00	29.03.2023 11:00 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
Подписи получателя:	 ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ "НИЖНЕТАГИЛЬСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 2, РЕАЛИЗУЮЩАЯ АДАПТИРОВАННЫЕ ОСНОВНЫЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ" Буткус Юлия Павловна, Директор	37DB00170E3558C5BC17A1CDB8898B78 с 12.09.2022 14:10 по 06.12.2023 14:10 GMT+03:00	29.03.2023 11:23 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа