

**меню (7-11)**

| Выход (г.)                | Наименование блюда                                                                                                                                                                                | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                                                                                                                                                                   |                                                                             |
| 200                       | <b>Каша геркулесовая молочная с маслом</b><br><small>молоко пастеризованное 3,2%, хлопья "геркулес", масло крестьянское несоленое, сахар-песок, соль йодированная</small>                         | Калор.-192, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27                                    |
| 15                        | <b>Сыр (порциями)</b>                                                                                                                                                                             | Калор.-78, Белки-4, Жиры-7                                                  |
| 10                        | <b>Масло сливочное</b>                                                                                                                                                                            | Калор.-66, Жиры-7                                                           |
| 50                        | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                             | Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23                                            |
| 25                        | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                | Калор.-49, Белки-2, Углеводы-11                                             |
| 200                       | <b>Какао с молоком (вариант 2) (4/5)</b><br><small>молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, какао-порошок</small>                                                                                | Калор.-83, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-11                                     |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                                                                                                                   | Калор.-580, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-71                                  |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |                                                                                                                                                                                                   |                                                                             |
| 200                       | <b>Яблоки</b>                                                                                                                                                                                     | Калор.-98, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23                                     |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                                                                                                                                                                   | Калор.-98, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23                                     |
| <b><u>Обед</u></b>        |                                                                                                                                                                                                   |                                                                             |
| 100                       | <b>Салат из припущенной моркови с растительным маслом</b><br><small>морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок</small>                                                               | Калор.-97, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-11                                     |
| 200                       | <b>Суп картофельный с бобовыми</b><br><small>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small>                                                | Калор.-131, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20                                    |
| 20                        | <b>Гренки (сухарики)</b>                                                                                                                                                                          | Калор.-54, Белки-2, Углеводы-11                                             |
| 120                       | <b>Рыба, тушеная с овощами (минтай)</b><br><small>минтай свежий морского бассейна, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль йодированная</small>               | Калор.-124, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-6                                    |
| 150                       | <b>Рагу из овощей</b><br><small>картофель, морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</small>                | Калор.-110, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17                                    |
| 40                        | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                             | Калор.-90, Белки-3, Углеводы-19                                             |
| 50                        | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                | Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21                                     |
| 200                       | <b>Компот из сухофруктов</b><br><small>сухофрукты, сахар-песок</small>                                                                                                                            | Калор.-88, Белки-1, Углеводы-23                                             |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                                                                                                                   | Калор.-792, Белки-28, Жиры-22, Углеводы-128                                 |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                                                                                                                                                                   |                                                                             |
| 200                       | <b>Сок (персиковый)</b>                                                                                                                                                                           | Калор.-133, Белки-1, Углеводы-34                                            |
| 110                       | <b>Запеканка (сырники) из творога</b><br><small>творог полужирный 9%, крупа манная, сахар-песок, яйца куриные, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small> | Калор.-231, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-15                                  |
| 20                        | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                             | Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9                                              |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                                                                                                                                                                   | Калор.-409, Белки-21, Жиры-11, Углеводы-58                                  |
| <b><u>Ужин</u></b>        |                                                                                                                                                                                                   |                                                                             |
| 60                        | <b>Икра из кабачков</b>                                                                                                                                                                           | Калор.-65, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7                                      |
| 100                       | <b>Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые</b><br><small>говядина 6%, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small>                         | Калор.-190, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-6                                   |
| 20                        | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                             | Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9                                              |
| 200                       | <b>Кисель с витаминами</b>                                                                                                                                                                        | Калор.-92, Углеводы-22                                                      |
|                           | <b>Витоника</b><br><small>вода питьевая, кисель с витаминами витоника</small>                                                                                                                     |                                                                             |
| 10                        | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                | Калор.-20, Белки-1, Углеводы-4                                              |
| 150                       | <b>Картофельное пюре</b><br><small>картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small>                                                                | Калор.-133, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22                                    |
| 50                        | <b>Капуста тушеная</b><br><small>капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, сахар-песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small>             | Калор.-34, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-6                                      |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                                                                                                                                                                                                   | Калор.-578, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-77                                  |
| <b><u>Ужин 2</u></b>      |                                                                                                                                                                                                   |                                                                             |
| 200                       | <b>Йогурт питьевой</b>                                                                                                                                                                            | Калор.-158, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23                                    |
| <b>Итого за Ужин 2</b>    |                                                                                                                                                                                                   | Калор.-158, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23                                    |
| <b>Итого за день</b>      |                                                                                                                                                                                                   | Калор.-2 614, Белки-95, Жиры-84, Углеводы-380                               |

Директор

Ю.П.Бутусов

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) |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                                                                                                                                                                   |                                                                             |
| 220                       | <b>Каша геркулесовая молочная с маслом</b><br><small>молоко пастеризованное 3,2%, сливки "геркулес", масло крестьянское несоленое, сахар-песок, соль йодированная</small>                         | Калор.-211, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-29                                    |
| 20                        | <b>Сыр (порциями)</b>                                                                                                                                                                             | Калор.-103, Белки-5, Жиры-9                                                 |
| 10                        | <b>Масло сливочное</b>                                                                                                                                                                            | Калор.-66, Жиры-7                                                           |
| 50                        | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                             | Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23                                            |
| 50                        | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                | Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21                                     |
| 200                       | <b>Какао с молоком (вариант 2) (4/5)</b><br><small>молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, какао-порошок</small>                                                                                | Калор.-83, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-11                                     |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                                                                                                                                                   | Калор.-674, Белки-22, Жиры-28, Углеводы-84                                  |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                                                                                                                                                                   |                                                                             |
| 200                       | <b>Яблоки</b>                                                                                                                                                                                     | Калор.-98, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23                                     |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                                                                                                                                                                   | Калор.-98, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23                                     |
| <b>Обед</b>               |                                                                                                                                                                                                   |                                                                             |
| 100                       | <b>Салат из припущенной моркови с растительным маслом</b><br><small>морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок</small>                                                               | Калор.-97, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-11                                     |
| 250                       | <b>Суп картофельный с бобовыми</b><br><small>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small>                                                | Калор.-164, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-25                                    |
| 20                        | <b>Гренки (сухарики)</b>                                                                                                                                                                          | Калор.-54, Белки-2, Углеводы-11                                             |
| 150                       | <b>Рыба, тушеная с овощами (минтай)</b><br><small>минтай свежий морского б/с, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль йодированная</small>                    | Калор.-155, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-8                                    |
| 180                       | <b>Рагу из овощей</b><br><small>картофель, морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</small>                | Калор.-132, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21                                    |
| 60                        | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                             | Калор.-135, Белки-4, Углеводы-28                                            |
| 40                        | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                | Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17                                             |
| 200                       | <b>Компот из сухофруктов</b><br><small>сухофрукты, сахар-песок</small>                                                                                                                            | Калор.-88, Белки-1, Углеводы-23                                             |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                                                                                                                                                   | Калор.-903, Белки-33, Жиры-25, Углеводы-143                                 |
| <b>Полдник</b>            |                                                                                                                                                                                                   |                                                                             |
| 200                       | <b>Сок (персиковый)</b>                                                                                                                                                                           | Калор.-133, Белки-1, Углеводы-34                                            |
| 150                       | <b>Запеканка (сырники) из творога</b><br><small>творог полужирный 9%, крупа манная, сахар-песок, яйца куриные, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small> | Калор.-314, Белки-25, Жиры-14, Углеводы-20                                  |
| 40                        | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                             | Калор.-90, Белки-3, Углеводы-19                                             |
| 10                        | <b>Молоко сгущенное</b>                                                                                                                                                                           | Калор.-32, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-6                                      |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                                                                                                                                                                   | Калор.-569, Белки-29, Жиры-16, Углеводы-78                                  |
| <b>Ужин</b>               |                                                                                                                                                                                                   |                                                                             |
| 100                       | <b>Икра из кабачков</b>                                                                                                                                                                           | Калор.-108, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-11                                    |
| 100                       | <b>Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые</b><br><small>говядина б/с, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, масло крестьянское несоленое, соль</small>                                     | Калор.-190, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-6                                   |
| 30                        | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                             | Калор.-68, Белки-2, Углеводы-14                                             |
| 200                       | <b>Кисель с витаминами</b>                                                                                                                                                                        | Калор.-92, Углеводы-22                                                      |
| 30                        | <b>Витошка</b><br><small>пюре картофельное, кисель с витаминами витаминизированный</small>                                                                                                        | Калор.-59, Белки-2, Углеводы-13                                             |
| 130                       | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                | Калор.-115, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19                                    |
| 50                        | <b>Картофельное пюре</b><br><small>картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small>                                                                | Калор.-34, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-6                                      |
| 50                        | <b>Капуста тушеная</b><br><small>капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, сахар-песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small>             | Калор.-34, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-6                                      |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                                                                                                                                                                                                   | Калор.-665, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-91                                  |
| <b>Ужин 2</b>             |                                                                                                                                                                                                   |                                                                             |
| 220                       | <b>Йогурт питьевой</b>                                                                                                                                                                            | Калор.-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-25                                    |
| <b>Итого за Ужин 2</b>    |                                                                                                                                                                                                   | Калор.-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-25                                    |
| <b>Итого за день</b>      |                                                                                                                                                                                                   | Калор.-3 082, Белки-116, Жиры-98, Углеводы-445                              |

Директор

Ю.П.Буткус

Кладовщик

Н.И. Бегусова

Бухгалтер

Н.А.Курбатова

Идентификатор документа bea71a39-3f40-42af-969d-1ba03305927a

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:



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

10.04.2023 07:45 GMT+03:00  
Подпись соответствует файлу документа