

меню (7-11)

Выход (г.)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200	Каша пшеничная молочная с маслом <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеничная, масло крестьянское несоленое, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калор.-192, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-29
15	Сыр (порциями)	Калор.-78, Белки-4, Жиры-7
15	Масло сливочное	Калор.-99, Жиры-11
50	Хлеб пшеничный	Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23
20	Хлеб ржаной	Калор.-39, Белки-1, Углеводы-8
200	Чай с молоком (вариант 3) (0,4/5) <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, чай черный байховый</i>	Калор.-48, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-7
Итого за Завтрак		Калор.-568, Белки-16, Жиры-26, Углеводы-68
<u>Завтрак 2</u>		
200	Сок (яблочный)	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
Итого за Завтрак 2		Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
<u>Обед</u>		
Салат из отварного картофеля с соевым соусом, репчатым луком и растительным маслом <i>картофель, соус соевый, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>		
100		Калор.-101, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-10
30	Сельдь	Калор.-42, Белки-5, Жиры-3
200	Суп крестьянский с крупой со сметаной <i>капуста белокочанная, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, соль йодированная</i>	Калор.-97, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12
20	Мясо говядины отварное <i>говядина б/к, морковь, соль йодированная</i>	Калор.-56, Белки-5, Жиры-4
100	Бефстроганов из отварного мяса говядины <i>говядина б/к, молоко пастеризованное 3,2%, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</i>	Калор.-245, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-7
150	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</i>	Калор.-184, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-34
40	Хлеб ржаной	Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17
60	Хлеб пшеничный	Калор.-135, Белки-4, Углеводы-28
200	Компот из черносслива и изюма <i>черносслива без косточек, сахар-песок, изюм</i>	Калор.-89, Углеводы-23
Итого за Обед		Калор.-1 027, Белки-42, Жиры-38, Углеводы-131
<u>Полдник</u>		
40	Вафли	Калор.-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31
180	Яблоки	Калор.-88, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-21
200	Сок (яблочный)	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
Итого за Полдник		Калор.-314, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-72
<u>Ужин</u>		
Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом <i>капуста белокочанная свежая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль йодированная</i>		
60		Калор.-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6
100	Запеканка из рыбы с морковью <i>судак свежий мороженая потрошенная с головой, морковь, лук репчатый, крупа манная, яйца куриные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>	Калор.-129, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7
30	Соус молочный (для запекания) <i>молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</i>	Калор.-45, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3
150	Картофельное пюре <i>картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</i>	Калор.-133, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22
20	Хлеб пшеничный	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
20	Хлеб ржаной	Калор.-39, Белки-1, Углеводы-8
200	Чай (вариант 2) (1/5) <i>сахар-песок, чай черный байховый</i>	Калор.-20, Углеводы-5
Итого за Ужин		Калор.-467, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-61
<u>Ужин 2</u>		
200	Кефир	Калор.-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8
Итого за Ужин 2		Калор.-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8
Итого за день		Калор.-2 579, Белки-90, Жиры-89, Углеводы-361

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 пшеничная	Калор.-211, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-32
	молочная с маслом	
	молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеничная, масло крестьянское несоленое, сахар-песок, соль йодированная	
15	Сыр (порциями)	Калор.-78, Белки-4, Жиры-7
15	Масло сливочное	Калор.-99, Жиры-11
60	Хлеб пшеничный	Калор.-135, Белки-4, Углеводы-28
40	Хлеб ржаной	Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17
200	Чай с молоком (1/5)	Калор.-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14
	молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, чай черный байховый	
Итого за Завтрак		
Завтрак 2		
200	Сок (яблочный)	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
Итого за Завтрак 2		
Обед		
	Салат из отварного картофеля с соевым соусом, репчатым луком и растительным маслом	
100	картофель, соус соевый, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-101, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-10
60	Сельдь	Калор.-84, Белки-10, Жиры-5
250	Суп крестьянский с крупой со сметаной	Калор.-121, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-15
	капуста белокочанная, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, соль йодированная	
40	Мясо говядины отварное	Калор.-112, Белки-11, Жиры-8
	говядина б/с, морковь, соль йодированная	
100	Бифстроганов из отварного мяса говядины	Калор.-245, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-7
	говядина б/с, молоко пастеризованное 3,2%, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	
180	Макаронные изделия отварные	Калор.-221, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-41
	макаронные изделия высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	
50	Хлеб ржаной	Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
80	Хлеб пшеничный	Калор.-180, Белки-5, Углеводы-37
200	Компот из черносслива и изюма	Калор.-89, Углеводы-23
	черносслива без косточек, сахар-песок, изюм	
Итого за Обед		
Полдник		
50	Вафли	Калор.-175, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-39
180	Яблоки	Калор.-88, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-21
200	Сок (яблочный)	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
Итого за Полдник		
Ужин		
	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	
100	капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль йодированная	Калор.-93, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9
100	Запеканка из рыбы с морковью	Калор.-129, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7
	морковь, рыба свежая мороженая потрошенная с головой, морковь, лук репчатый, крупа манная, яйца куриные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	
30	Соус молочный (для запекания)	Калор.-45, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3
	молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	
180	Картофельное пюре	Калор.-159, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-27
	картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	
25	Хлеб пшеничный	Калор.-56, Белки-2, Углеводы-12
30	Хлеб ржаной	Калор.-59, Белки-2, Углеводы-13
200	Чай (вариант 2) (1/5)	Калор.-20, Углеводы-5
	сахар-песок, чай черный байховый	
Итого за Ужин		
Ужин 2		
220	Кефир	Калор.-128, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9
10	Хлеб пшеничный	Калор.-23, Белки-1, Углеводы-5
Итого за Ужин 2		
Итого за день		
Калор.-3 093, Белки-112, Жиры-104, Углеводы-436		

Директор

Ю.П.Буткус

Кладовщик

Н.И. Безусова

Бухгалтер

Н.А. Курбатова

Идентификатор документа 4d12e55c-cba6-413b-a6bd-0505445bf673

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

11.04.2023 14:49 GMT+03:00
Подпись соответствует файлу документа