

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 пастеризованный 5%, морковь, мука манная, сахар-песок, масло крестовское несоленое, молоко пастеризованное 3,2%, яйца куриные, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль гидролизованная	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 2		
Завтрак 2		
200	Сок	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
Итого за Завтрак 2		
Обед		
Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом огурцы -фруктовые, томаты, масло подсолнечное рафинированное, соль гидролизованная		
100		Калор.-72, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4
Суп картофельный с бобовыми картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль гидролизованная		
200		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 гидролизованная	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 кураги, сахар-песок, изюм	Калор.-88, Белки-1, Углеводы-23
Итого за Обед		
Полдник		
30	Хлеб пшеничный	Калор.-68, Белки-2, Углеводы-14
205	Чай с лимоном (0,4/10) сахар-песок, лимон, чай черный байховый	Калор.-40, Углеводы-10
40	Яйцо отварное	Калор.-63, Белки-5, Жиры-5
100	Бананы	Калор.-96, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23
20	Масло сливочное	Калор.-132, Жиры-15
Итого за Полдник		
Ужин		
Салат из отварной свеклы с соевыми орехами и Рыба, запеченная с сыром (минтай) свекла, орехи соевые, масло подсолнечное рафинированное, минтай свежий мороженый 60, сыр голландский брусковый 45%, масло подсолнечное рафинированное, соль гидролизованная		
60		Калор.-52, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5
90		Калор.-102, Белки-16, Жиры-4
150	Картофель отварной картофель, масло крестовское несоленое, соль гидролизованная	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		
Ужин 2		
200	Кефир	Калор.-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8
Итого за Ужин 2		
Итого за день		
Калор.-2 420, Белки-94, Жиры-84, Углеводы-330		

Директор

Ю.П.Бутус

Кладовщик

Н.И. Безусова

Бухгалтер

Н.А.Курбатова



меню (12-18)

Выход (г.)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
150	Запеканка (сырники) из творога с морковью <i>творог пастеризованный 3%, морковь, мука манная, сахар-песок, масло растительное несоленое, молоко пастеризованное 3,2%, яйца куриные, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>	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) <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, чай черный байховый</i>	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		
Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом <i>огурцы, томаты, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>		
100	Суп картофельный с бобовыми <i>картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>	Калор.-164, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-25
230	Плов из мяса кур <i>цыплята бройлеры 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>	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 <i>курага, сахар-песок, изюм</i>	Калор.-88, Белки-1, Углеводы-23
40	Мясо кур отварное	Калор.-67, Белки-6, Жиры-5
200	Сок	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
Итого за Обед		Калор.-1 129, Белки-42, Жиры-31, Углеводы-175
Полдник		
30	Хлеб пшеничный	Калор.-68, Белки-2, Углеводы-14
40	Яйцо отварное	Калор.-63, Белки-5, Жиры-5
100	Бананы	Калор.-96, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23
20	Масло сливочное	Калор.-132, Жиры-15
200/5	Чай с лимоном (2/10) <i>сахар-песок, лимон, чай черный байховый</i>	Калор.-40, Углеводы-10
Итого за Полдник		Калор.-399, Белки-9, Жиры-20, Углеводы-47
Ужин		
Салат из отварной свеклы с соевыми бобами <i>свекла, соевые бобы, масло подсолнечное рафинированное</i>		
100	Рыба, запеченная с сыром (минтай) <i>минтай свежий мороженый 6%, сыр голландский брусковый 45%, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>	Калор.-124, Белки-19, Жиры-5
180	Картофель отварной <i>картофель, масло растительное несоленое, соль йодированная</i>	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) <i>сахар-песок, чай черный байховый</i>	Калор.-20, Углеводы-5
Итого за Ужин		Калор.-519, Белки-28, Жиры-16, Углеводы-68
Ужин 2		
220	Кефир	Калор.-128, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9
20	Хлеб пшеничный	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
Итого за Ужин 2		Калор.-173, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-18
Итого за день		Калор.-3 017, Белки-122, Жиры-103, Углеводы-408

Директор

Ю.П.Буткус

Кладовщик

Н.И. Безусова

Бухгалтер

Н.А.Курбатова

Идентификатор документа bf55fac9-f8fd-4ece-8631-35666cbef043

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

20.04.2023 07:49 GMT+03:00
Подпись соответствует файлу документа