

меню (7-11)

Выход (г.)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200	Каша геркулесовая молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, хлопья "геркулес", масло крестьянское несоленое, сахар-песок, соль	Калор.-192, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27
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) молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, какао-порошок	Калор.-83, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-11
Итого за Завтрак		Калор.-580, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-71
<u>Завтрак 2</u>		
200	Яблоки	Калор.-98, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23
Итого за Завтрак 2		Калор.-98, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23
<u>Обед</u>		
100	Салат из припущенной моркови с растительным морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок	Калор.-97, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-11
200	Суп картофельный с бобовыми картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль водопроводная	Калор.-131, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20
20	Гренки (сухарики)	Калор.-54, Белки-2, Углеводы-11
120	Рыба, тушеная с овощами (минтай) минтай свежий морская рыба, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль водопроводная	Калор.-124, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-6
150	Разу из овощей картофель, морковь, капуста белокачанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, соль водопроводная	Калор.-110, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17
40	Хлеб пшеничный	Калор.-90, Белки-3, Углеводы-19
50	Хлеб ржаной	Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
200	Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар-песок	Калор.-88, Белки-1, Углеводы-23
Итого за Обед		Калор.-792, Белки-28, Жиры-22, Углеводы-128
<u>Полдник</u>		
200	Сок (персиковый)	Калор.-133, Белки-1, Углеводы-34
110	Запеканка (сырники) из творога творог полужирный 9%, крупа манная, сахар-песок, яйца куриные, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль водопроводная	Калор.-231, Белки-19, Жиры-11, Углеводы-15
20	Хлеб пшеничный	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
Итого за Полдник		Калор.-409, Белки-21, Жиры-11, Углеводы-58
<u>Ужин</u>		
60	Икра из кабачков	Калор.-65, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7
100	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые говядина 6%, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, масло крестьянское несоленое, соль	Калор.-190, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-6
20	Хлеб пшеничный	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
200	Кисель с витаминами Витоника вода питьевая, кисель с витаминами витоника	Калор.-92, Углеводы-22
10	Хлеб ржаной	Калор.-20, Белки-1, Углеводы-4
150	Картофельное пюре картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль водопроводная	Калор.-133, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22
50	Капуста тушеная капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, сахар-песок, масло подсолнечное рафинированное, соль водопроводная	Калор.-34, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-6
Итого за Ужин		Калор.-578, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-77
<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.-2 573, Белки-96, Жиры-85, Углеводы-365

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)
Завтрак		
220	Каша геркулесовая молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, сливки "геркулес", масло крестьянское несоленое, сахар-песок, соль	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 припущенной моркови с растительным маслом морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок	Калор.-97, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-11
250	Суп картофельный с бобовыми картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль водопроводная	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 морского бассейна, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль водопроводная	Калор.-155, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-8
180	Рагу из овощей картофель, морковь, капуста белокачанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, соль водопроводная	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.-903, Белки-33, Жиры-25, Углеводы-143
Полдник		
200	Сок (персиковый)	Калор.-133, Белки-1, Углеводы-34
150	Запеканка (сырники) из творога творог полужирный 9%, крупа манная, сахар-песок, яйца куриные, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль водопроводная	Калор.-314, Белки-25, Жиры-14, Углеводы-20
40	Хлеб пшеничный	Калор.-90, Белки-3, Углеводы-19
10	Молоко сгущенное	Калор.-32, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-6
Итого за Полдник		Калор.-569, Белки-29, Жиры-16, Углеводы-78
Ужин		
100	Икра из кабачков	Калор.-108, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-11
100	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые говядина 6/с, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, масло крестьянское несоленое, соль	Калор.-190, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-6
30	Хлеб пшеничный	Калор.-68, Белки-2, Углеводы-14
200	Кисель с витаминами	Калор.-92, Углеводы-22
30	Витошка пюре картофельное, кисель с витаминами витаминизированный	Калор.-59, Белки-2, Углеводы-13
130	Хлеб ржаной	Калор.-115, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19
50	Картофельное пюре картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль водопроводная	Калор.-34, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-6
50	Капуста тушеная капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, сахар-песок, масло подсолнечное рафинированное, соль водопроводная	Калор.-665, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-91
Итого за Ужин		Калор.-665, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-91
Ужин 2		
220	Кефир	Калор.-128, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9
Итого за Ужин 2		Калор.-128, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9
Итого за день		Калор.-3 037, Белки-116, Жиры-100, Углеводы-429

Директор

Ю.П.Буткус

Кладовщик

Н.И. Бегусова

Бухгалтер

Н.А.Курбатова

Идентификатор документа 410833ea-8a20-4733-ad17-52d0be1ed266



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

22.05.2023 08:49 GMT+03:00

Подпись соответствует файлу документа