

меню (7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеничная, масло крестьянское несоленое, сахар-песок, соль йодированная	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) молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, чай черный байховый	Калор.-48, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-7
Итого за Завтрак		
Завтрак 2		
200	Сок (яблочный)	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
Итого за Завтрак 2		
Обед		
100	Салат из отварного картофеля с соевым соусом, репчатым луком и растительным маслом картофель, соус соевый, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-101, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-10
30	Сельдь	Калор.-42, Белки-5, Жиры-3
200	Суп крестьянский с крупой со сметаной капуста белокочанная, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, соль йодированная	Калор.-97, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12
20	Мясо говядины отварное говядина б/к, морковь, соль йодированная	Калор.-56, Белки-5, Жиры-4
100	Бефстроганов из отварного мяса говядины говядина б/к, молоко пастеризованное 3,2%, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-245, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-7
150	Макаронные изделия отварные макаронные изделия высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	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 черносслива без косточки, сахар-песок, изюм	Калор.-89, Углеводы-23
Итого за Обед		
Полдник		
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		
Ужин		
60	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль йодированная	Калор.-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6
100	Запеканка из рыбы с морковью горбуша свежая мороженая потрошенная с головой, морковь, лук репчатый, крупа манная, яйца куриные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-129, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7
30	Соус молочный (для запекания) молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	Калор.-45, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3
150	Картофельное пюре картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	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) сахар-песок, чай черный байховый	Калор.-20, Углеводы-5
Итого за Ужин		
Ужин 2		
200	Йогурт питьевой	Калор.-158, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23
Итого за Ужин 2		
Итого за день		

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)
<u>Завтрак</u>		
220	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеничная, масло крестьянское несоленое, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калор.-211, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-32
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) <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, чай черный байховый</i>	Калор.-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14
Итого за Завтрак		Калор.-696, Белки-20, Жиры-28, Углеводы-91
<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>		
100	Салат из отварного картофеля с соевым соусом, репчатым луком и растительным маслом <i>картофель, соус соевый, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>	Калор.-101, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-10
40	Сельдь	Калор.-56, Белки-7, Жиры-3
250	Суп крестьянский с крупой со сметаной <i>капуста белокачанная, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, соль йодированная</i>	Калор.-121, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-15
40	Мясо говядины отварное <i>говядина б/к, морковь, соль йодированная</i>	Калор.-112, Белки-11, Жиры-8
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
180	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</i>	Калор.-221, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-41
50	Хлеб ржаной	Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
80	Хлеб пшеничный	Калор.-180, Белки-5, Углеводы-37
200	Компот из чернослива и изюма <i>чернослив без косточки, сахар-песок, изюм</i>	Калор.-89, Углеводы-23
Итого за Обед		Калор.-1 223, Белки-52, Жиры-45, Углеводы-155
<u>Полдник</u>		
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		Калор.-349, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-80
<u>Ужин</u>		
100	Салат из белокачанной капусты с луком и растительным маслом <i>капуста белокачанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калор.-93, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9
100	Запеканка из рыбы с морковью <i>судак, сметана, морковь, 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
180	Картофельное пюре <i>картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</i>	Калор.-159, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-27
25	Хлеб пшеничный	Калор.-56, Белки-2, Углеводы-12
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.-561, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-75
<u>Ужин 2</u>		
220	Йогурт питьевой	Калор.-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-25
10	Хлеб пшеничный	Калор.-23, Белки-1, Углеводы-5
Итого за Ужин 2		Калор.-196, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-30
Итого за день		Калор.-3 111, Белки-108, Жиры-100, Углеводы-452

Директор

Ю.П.Буткус

Кладовщик

Н.И. Бегусова

Бухгалтер

Н.А.Курбатова





Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

	Организация, сотрудник	Доверенность: рег. номер, период действия и статус	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	 Не требуется для подписания	37DB00170E3558C5BC17A1CDB8898B78 с 12.09.2022 14:10 по 06.12.2023 14:10 GMT+03:00	03.10.2023 09:17 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа