

меню (7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
	Каша молочная ассорти	
220	(рис, пшено) с маслом сливочным	Калор.-201, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29
	молоко пастеризованное 3,2%, крупа рисовая, крупа пшено, сахар-песок, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	
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	Какао с молоком (вариант 2) (4/10)	Калор.-100, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-15
	молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, какао-порошок	
Итого за Завтрак		Калор.-552, Белки-14, Жиры-22, Углеводы-76
Завтрак 2		
200	Сок (яблочный)	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
Итого за Завтрак 2		Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
Обед		
	Салат из припущенной моркови и огурцов с растительным маслом	Калор.-82, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7
100	морковь, огурцы стручковые, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	
200	Уха с крупной рисовой	Калор.-111, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-12
	картофель, горбуша свежая мороженая потрошенная без головы, лук репчатый, крупа рисовая, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	
200	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	Калор.-302, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-29
	картофель, говядина б/к, лук репчатый, яйца куриные, масло крестьянское несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	
40	Соус сметанный	Калор.-35, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2
	сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	
200	Напиток из шиповника	Калор.-77, Белки-1, Углеводы-20
	шиповник, сахар-песок	
60	Хлеб пшеничный	Калор.-135, Белки-4, Углеводы-28
35	Хлеб ржаной	Калор.-68, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Обед		Калор.-811, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-113
Полдник		
30	Вафли	Калор.-105, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23
200	Чай (вариант 2) (1/5)	Калор.-20, Углеводы-5
	сахар-песок, чай черный байховый	
75	Сдоба обыкновенная	Калор.-239, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42
	мука пшеничная высшего сорта, молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные, соль йодированная, дрожжи сухие	
140	Апельсины	Калор.-62, Белки-1, Углеводы-14
Итого за Полдник		Калор.-425, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-85
Ужин		
60	Помидор	Калор.-16, Белки-1, Углеводы-3
100	Тефтели из мяса говядины	Калор.-236, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-15
	говядина б/к, лук репчатый, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	
150	Макаронные изделия отварные	Калор.-184, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-34
	макаронные изделия высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	
20	Хлеб пшеничный	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
25	Хлеб ржаной	Калор.-49, Белки-2, Углеводы-11
200	Чай с молоком (вариант 3) (0,4/5)	Калор.-48, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-7
	молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, чай черный байховый	
Итого за Ужин		Калор.-578, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-79
Ужин 2		
200	Йогурт питьевой	Калор.-158, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23
Итого за Ужин 2		Калор.-158, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23
Итого за день		Калор.-2 609, Белки-85, Жиры-80, Углеводы-395
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>		
240	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным молоко пастеризованное 3,2%, крупа рисовая, крупа пшено, сахар-песок, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-220, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-32
20	Масло сливочное	Калор.-132, Жиры-15
50	Хлеб пшеничный	Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23
40	Хлеб ржаной	Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17
200	Какао с молоком (вариант 2) (4/10) молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, какао-порошок	Калор.-100, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-15
Итого за Завтрак		Калор.-642, Белки-16, Жиры-26, Углеводы-87
<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 припущенной моркови и огурцов с растительным маслом морковь, огурцы стручковые, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-82, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7
280	Уха с крупной рисовой картофель, горбуша свежая мороженая потрошенная без головы, лук репчатый, крупа рисовая, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-156, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-16
250	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины картофель, говядина б/к, лук репчатый, яйца куриные, масло крестьянское несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-377, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-37
40	Соус сметанный сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-35, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2
200	Напиток из шиповника шиповник, сахар-песок	Калор.-77, Белки-1, Углеводы-20
70	Хлеб пшеничный	Калор.-158, Белки-5, Углеводы-33
50	Хлеб ржаной	Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
Итого за Обед		Калор.-982, Белки-40, Жиры-33, Углеводы-135
<u>Полдник</u>		
30	Вафли	Калор.-105, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23
200	Чай (вариант 2) (1/5) сахар-песок, чай черный байховый	Калор.-20, Углеводы-5
100	Сдоба обыкновенная мука пшеничная высшего сорта, молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные, соль йодированная, орехи ж/с сухие	Калор.-318, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-56
140	Апельсины	Калор.-62, Белки-1, Углеводы-14
Итого за Полдник		Калор.-505, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-99
<u>Ужин</u>		
100	Помидор	Калор.-26, Белки-1, Углеводы-5
100	Тефтели из мяса говядины говядина б/к, лук репчатый, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-236, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-15
180	Макаронные изделия отварные макаронные изделия высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-221, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-41
30	Хлеб пшеничный	Калор.-68, Белки-2, Углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калор.-59, Белки-2, Углеводы-13
200	Чай с молоком (1/5) молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, чай черный байховый	Калор.-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14
Итого за Ужин		Калор.-704, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-102
<u>Ужин 2</u>		
220	Йогурт питьевой	Калор.-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-25
20	Хлеб пшеничный	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
Итого за Ужин 2		Калор.-219, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-34
Итого за день		Калор.-3 138, Белки-104, Жиры-94, Углеводы-478
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:		 Не требуется для подписания	00C60E0770C25EEBD65E3FA1735C712B03 с 28.11.2023 07:03 по 20.02.2025 07:03 GMT+03:00	12.03.2024 12:46 GMT+03:00
	ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ "НИЖНЕТАГИЛЬСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 2, РЕАЛИЗУЮЩАЯ АДАПТИРОВАННЫЕ ОСНОВНЫЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ" Буткус Юлия Павловна, Директор			Подпись соответствует файлу документа