

## меню (7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак</b>		
200	<b>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</b> <small>молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеничная, масло крестьянское несоленое, сахар-песок, соль водированная</small>	Калор.-192, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-29
15	<b>Сыр (порциями)</b>	Калор.-78, Белки-4, Жиры-7
15	<b>Масло сливочное</b>	Калор.-99, Жиры-11
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23
20	<b>Хлеб ржаной</b>	Калор.-39, Белки-1, Углеводы-8
200	<b>Чай с молоком (вариант 3) (0,4/5)</b> <small>молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, чай черный байховый</small>	Калор.-48, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-7
<b>Итого за Завтрак</b>		Калор.-568, Белки-16, Жиры-26, Углеводы-68
<b>Завтрак 2</b>		
200	<b>Сок (яблочный)</b>	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
<b>Обед</b>		
100	<b>Салат из отварного картофеля с соевым соусом, репчатым луком и растительным маслом</b> <small>картофель, соус соевый, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль водированная</small>	Калор.-101, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-10
30	<b>Сельдь</b>	Калор.-42, Белки-5, Жиры-3
200	<b>Суп крестьянский с крупой со сметаной</b> <small>капуста белокочанная, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, соль водированная</small>	Калор.-97, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12
20	<b>Мясо говядины отварное</b> <small>говядина б/к, морковь, соль водированная</small>	Калор.-56, Белки-5, Жиры-4
100	<b>Бифштексы из отварного мяса говядины</b> <small>говядина б/к, молоко пастеризованное 3,2%, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, масло крестьянское несоленое, соль водированная</small>	Калор.-245, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-7
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <small>макаронные изделия высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль водированная</small>	Калор.-184, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-34
40	<b>Хлеб ржаной</b>	Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калор.-135, Белки-4, Углеводы-28
200	<b>Компот из чернослива и изюма</b> <small>чернослив без косточки, сахар-песок, изюм</small>	Калор.-89, Углеводы-23
<b>Итого за Обед</b>		Калор.-1 027, Белки-42, Жиры-38, Углеводы-131
<b>Полдник</b>		
40	<b>Вафли</b>	Калор.-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31
180	<b>Яблоки</b>	Калор.-88, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-21
200	<b>Сок (яблочный)</b>	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
<b>Итого за Полдник</b>		Калор.-314, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-72
<b>Ужин</b>		
80	<b>Огурец свежий</b>	Калор.-13, Белки-1, Углеводы-3
100	<b>Запеканка из рыбы с морковью</b> <small>горбуша свежая мороженая потрошенная без головы, морковь, лук репчатый, крупа манная, яйца куриные, масло подсолнечное рафинированное, соль водированная</small>	Калор.-129, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7
30	<b>Соус молочный (для запекания)</b> <small>молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, мука пшеничная высшего сорта, соль водированная</small>	Калор.-45, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3
150	<b>Картофельное пюре</b> <small>картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль водированная</small>	Калор.-133, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
20	<b>Хлеб ржаной</b>	Калор.-39, Белки-1, Углеводы-8
200	<b>Чай (вариант 2) (1/5)</b> <small>сахар-песок, чай черный байховый</small>	Калор.-20, Углеводы-5
<b>Итого за Ужин</b>		Калор.-424, Белки-22, Жиры-12, Углеводы-58
<b>Ужин 2</b>		
200	<b>Кефир</b>	Калор.-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8
<b>Итого за Ужин 2</b>		Калор.-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8
<b>Итого за день</b>		Калор.-2 536, Белки-90, Жиры-85, Углеводы-358

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)
<b>Завтрак</b>		
220	<b>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</b> <small>молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеничная, масло крестьянское несоленое, сахар-песок, соль йодированная</small>	Калор.-211, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-32
15	<b>Сыр (порциями)</b>	Калор.-78, Белки-4, Жиры-7
15	<b>Масло сливочное</b>	Калор.-99, Жиры-11
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калор.-135, Белки-4, Углеводы-28
40	<b>Хлеб ржаной</b>	Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17
200	<b>Чай с молоком (1/5)</b> <small>молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, чай черный байховый</small>	Калор.-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14
<b>Итого за Завтрак</b>		Калор.-696, Белки-20, Жиры-28, Углеводы-91
<b>Завтрак 2</b>		
200	<b>Сок (яблочный)</b>	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
<b>Обед</b>		
100	<b>Салат из отварного картофеля с соевым соусом, репчатым луком и растительным маслом</b> <small>картофель, соус соевый, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small>	Калор.-101, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-10
36	<b>Сельдь</b>	Калор.-50, Белки-6, Жиры-3
250	<b>Суп крестьянский с крупой со сметаной</b> <small>капуста белокочанная, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, соль йодированная</small>	Калор.-121, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-15
40	<b>Мясо говядины отварное</b> <small>говядина б/с, морковь, соль йодированная</small>	Калор.-112, Белки-11, Жиры-8
100	<b>Бефстроганов из отварного мяса говядины</b> <small>говядина б/с, молоко пастеризованное 3,2%, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small>	Калор.-245, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-7
180	<b>Макаронные изделия отварные</b> <small>макаронные изделия высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small>	Калор.-221, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-41
50	<b>Хлеб ржаной</b>	Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
80	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калор.-180, Белки-5, Углеводы-37
200	<b>Компот из чернослива и изюма</b> <small>чернослив без косточки, сахар-песок, изюм</small>	Калор.-89, Углеводы-23
<b>Итого за Обед</b>		Калор.-1 217, Белки-52, Жиры-45, Углеводы-155
<b>Полдник</b>		
50	<b>Вафли</b>	Калор.-175, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-39
180	<b>Яблоки</b>	Калор.-88, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-21
200	<b>Сок (яблочный)</b>	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
<b>Итого за Полдник</b>		Калор.-349, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-80
<b>Ужин</b>		
120	<b>Огурец свежий</b>	Калор.-19, Белки-1, Углеводы-4
100	<b>Запеканка из рыбы с морковью</b> <small>горбуша свежая мороженая потрошенная без головы, морковь, лук репчатый, крупа манная, яйца куриные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small>	Калор.-129, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7
30	<b>Соус молочный (для запекания)</b> <small>молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</small>	Калор.-45, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3
180	<b>Картофельное пюре</b> <small>картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная</small>	Калор.-159, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-27
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калор.-56, Белки-2, Углеводы-12
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калор.-59, Белки-2, Углеводы-13
200	<b>Чай (вариант 2) (1/5)</b> <small>сахар-песок, чай черный байховый</small>	Калор.-20, Углеводы-5
<b>Итого за Ужин</b>		Калор.-488, Белки-24, Жиры-13, Углеводы-70
<b>Ужин 2</b>		
220	<b>Кефир</b>	Калор.-128, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9
10	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калор.-23, Белки-1, Углеводы-5
<b>Итого за Ужин 2</b>		Калор.-151, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-14
<b>Итого за день</b>		Калор.-2 986, Белки-107, Жиры-96, Углеводы-431

Директор \_\_\_\_\_ Ю.П.Бутуков     
 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	00C60E0770C25EEBD65E3FA173 5C712B03 с 28.11.2023 07:03 по 20.02.2025 07:03 GMT+03:00	20.03.2024 12:59 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа