

меню (7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным молоко пастеризованное 3,2%, крупа ячневая, сахар-песок, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-186, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-30
20	Масло сливочное	Калор.-132, Жиры-15
50	Хлеб пшеничный	Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23
30	Хлеб ржаной	Калор.-59, Белки-2, Углеводы-13
200	Кофейный напиток с молоком (4/5) молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, кофейный напиток	Калор.-80, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10
Итого за Завтрак		Калор.-569, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-76
<u>Завтрак 2</u>		
200	Апельсины	Калор.-88, Белки-2, Углеводы-21
Итого за Завтрак 2		Калор.-88, Белки-2, Углеводы-21
<u>Обед</u>		
100	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом свекла, масло подсолнечное рафинированное, сыр голландский брусковый 45%, соль йодированная	Калор.-105, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-9
200	Щи из свежей капусты со сметаной капуста белокочанная, картофель, морковь, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-54, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-7
20	Мясо говядины отварное говядина 6%, морковь, соль йодированная	Калор.-56, Белки-5, Жиры-4
100	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые говядина 6%, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-190, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-6
150	Рагу из овощей картофель, морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	Калор.-110, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17
50	Хлеб пшеничный	Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23
30	Хлеб ржаной	Калор.-59, Белки-2, Углеводы-13
200	Кисель с витаминами Витошка вода питьевая, кисель с витаминами витошка	Калор.-92, Углеводы-22
Итого за Обед		Калор.-779, Белки-32, Жиры-30, Углеводы-98
<u>Полдник</u>		
150	Рассегаи с рыбой мука пшеничная высшего сорта, горбуша свежая мороженая потрошенная с головой, молоко пастеризованное 3,2%, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные, сахар-песок, лук репчатый, соль йодированная, апельси сушен, масло крестьянское несоленое	Калор.-474, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-67
200	Чай (вариант 2) (1/5) сахар-песок, чай черный байховый	Калор.-20, Углеводы-5
Итого за Полдник		Калор.-494, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-72
<u>Ужин</u>		
60	Огурец свежий	Калор.-10, Белки-1, Углеводы-2
120	Суфле из печени печень говяжья, молоко пастеризованное 3,2%, яйца куриные, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-174, Белки-23, Жиры-7, Углеводы-4
30	Соус сметанный сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-27, Жиры-2, Углеводы-1
150	Картофельное пюре с морковью картофель, морковь, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-114, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-19
30	Хлеб пшеничный	Калор.-68, Белки-2, Углеводы-14
20	Хлеб ржаной	Калор.-39, Белки-1, Углеводы-8
200	Компот из сухофруктов и шиповника курага, сахар-песок, шиповник	Калор.-88, Белки-1, Углеводы-23
Итого за Ужин		Калор.-519, Белки-31, Жиры-14, Углеводы-72
<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.-2 565, Белки-103, Жиры-90, Углеводы-346
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 ячневая молочная с маслом сливочным молоко пастеризованное 3,2%, крупа ячневая, сахар-песок, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-205, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33
20	Масло сливочное	Калор.-132, Жиры-15
60	Хлеб пшеничный	Калор.-135, Белки-4, Углеводы-28
50	Хлеб ржаной	Калор.-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
200	Кофейный напиток с молоком (4/5) молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, кофейный напиток	Калор.-80, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10
Итого за Завтрак		Калор.-649, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-92
<u>Завтрак 2</u>		
200	Апельсины	Калор.-88, Белки-2, Углеводы-21
Итого за Завтрак 2		Калор.-88, Белки-2, Углеводы-21
<u>Обед</u>		
100	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом свекла, масло подсолнечное рафинированное, сыр голландский брусковой 45%, соль йодированная	Калор.-105, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-9
250	Щи из свежей капусты со сметаной капуста белокочанная, картофель, морковь, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-68, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9
40	Мясо говядины отварное говядина 6%, морковь, соль йодированная	Калор.-112, Белки-11, Жиры-8
100	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые говядина 6%, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-190, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-6
180	Рагу из овощей картофель, морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	Калор.-132, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21
50	Хлеб пшеничный	Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23
40	Хлеб ржаной	Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17
200	Кисель с витаминами Витошка вода питьевая, кисель с витаминами витошка	Калор.-92, Углеводы-22
Итого за Обед		Калор.-890, Белки-38, Жиры-35, Углеводы-108
<u>Полдник</u>		
150	Расстегаи с рыбой мука пшеничная высшего сорта, горбуша свежая мороженая потрошенная с головой, молоко пастеризованное 3,2%, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные, сахар-песок, лук репчатый, соль йодированная, дрожжи сухие, масло крестьянское несоленое	Калор.-474, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-67
200	Молоко кипяченое	Калор.-117, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
Итого за Полдник		Калор.-591, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-76
<u>Ужин</u>		
100	Огурец свежий	Калор.-16, Белки-1, Углеводы-3
120	Суфле из печени печень говяжья, молоко пастеризованное 3,2%, яйца куриные, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-174, Белки-23, Жиры-7, Углеводы-4
30	Соус сметанный сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-27, Жиры-2, Углеводы-1
180	Картофельное пюре с морковью картофель, морковь, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-137, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22
25	Хлеб пшеничный	Калор.-56, Белки-2, Углеводы-12
25	Хлеб ржаной	Калор.-49, Белки-2, Углеводы-11
200	Компот из сухофруктов и шиповника кураги, сахар-песок, шиповник	Калор.-88, Белки-1, Углеводы-23
Итого за Ужин		Калор.-546, Белки-32, Жиры-14, Углеводы-76
<u>Ужин 2</u>		
220	Кефир	Калор.-128, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9
10	Хлеб пшеничный	Калор.-23, Белки-1, Углеводы-5
Итого за Ужин 2		Калор.-151, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-14
Итого за день		Калор.-2 915, Белки-120, Жиры-104, Углеводы-386
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	11.04.2024 07:31 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