

меню (7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
80	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом огурцы -грунтовые, томаты, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-58, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3
150	Омлет запеченный или паровой яйца куриные, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-212, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-3
15	Масло сливочное	Калор.-99, Жиры-11
35	Хлеб пшеничный	Калор.-79, Белки-2, Углеводы-16
20	Хлеб ржаной	Калор.-39, Белки-1, Углеводы-8
200	Напиток из цикория с молоком (вариант 3) молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, цикорий натуральный растворимый	Калор.-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12
Итого за Завтрак		Калор.-573, Белки-22, Жиры-35, Углеводы-43
<u>Завтрак 2</u>		
200	Сок	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
Итого за Завтрак 2		Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
<u>Обед</u>		
100	Салат из отварной свеклы с яблоками и растительным маслом свекла, яблоки, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль йодированная	Калор.-102, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-12
200	Суп-юре из разных овощей молоко пастеризованное 3,2%, картофель, капуста белокочанная, горошек зеленый натуральный консервированный, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-88, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12
20	Гренки (сухарики)	Калор.-54, Белки-2, Углеводы-11
100	Мясо кур отварное в соусе цыплята бройлеры 1 категории, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, лук репчатый, соль йодированная	Калор.-131, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-3
150	Каша рисовая с овощами крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль йодированная	Калор.-238, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-38
40	Хлеб ржаной	Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17
45	Хлеб пшеничный	Калор.-101, Белки-3, Углеводы-21
200	Напиток из шиповника шиповник, сахар-песок	Калор.-77, Белки-1, Углеводы-20
Итого за Обед		Калор.-870, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-133
<u>Полдник</u>		
100	Яблоки	Калор.-49, Углеводы-12
30	Хлеб пшеничный	Калор.-68, Белки-2, Углеводы-14
200	Молоко кипяченое	Калор.-117, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
Итого за Полдник		Калор.-234, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35
<u>Ужин</u>		
100	Тефтели из мяса говядины в молочном соусе говядина б/к, молоко пастеризованное 3,2%, лук репчатый, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, масло крестьянское несоленое, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	Калор.-199, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-12
150	Каша гречневая рассыпчатая крупа гречневая ядрица, соль йодированная	Калор.-171, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-34
30	Хлеб пшеничный	Калор.-68, Белки-2, Углеводы-14
20	Хлеб ржаной	Калор.-39, Белки-1, Углеводы-8
200	Чай с лимоном (0,4/10) сахар-песок, лимон, чай черный байховый	Калор.-39, Углеводы-10
Итого за Ужин		Калор.-515, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-78
<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.-2 394, Белки-84, Жиры-90, Углеводы-318
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)
Завтрак		
100	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом огурцы грунтовые, томаты, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	Калор.-72, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4
150	Омлет запеченный или паровой яйца куриные, молоко пастеризованное 3,2%, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-212, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-3
15	Масло сливочное	Калор.-99, Жиры-11
50	Хлеб пшеничный	Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23
35	Хлеб ржаной	Калор.-68, Белки-2, Углеводы-15
200	Кофейный напиток с молоком (2/5) молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, кофейный напиток	Калор.-78, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14
Итого за Завтрак		Калор.-641, Белки-24, Жиры-37, Углеводы-59
Завтрак 2		
200	Сок	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-21
20	Хлеб пшеничный	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
Итого за Завтрак 2		Калор.-131, Белки-2, Углеводы-30
Обед		
100	Салат из отварной свеклы с яблоками и растительным маслом свекла, яблоки, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль йодированная	Калор.-102, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-12
250	Суп-пюре из разных овощей молоко пастеризованное 3,2%, картофель, капуста белокочанная, горошек зеленый натуральный консервированный, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, соль йодированная	Калор.-111, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14
20	Гренки (сухарики)	Калор.-54, Белки-2, Углеводы-11
120	Мясо кур отварное в соусе цыплята бройлеры 1 категории, мука пшеничная высшего сорта, масло крестьянское несоленое, лук репчатый, соль йодированная	Калор.-157, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-3
180	Каша рисовая с овощами крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль йодированная	Калор.-285, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-45
40	Хлеб ржаной	Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17
70	Хлеб пшеничный	Калор.-158, Белки-5, Углеводы-33
200	Напиток из шиповника шиповник, сахар-песок	Калор.-77, Белки-1, Углеводы-20
Итого за Обед		Калор.-1 022, Белки-31, Жиры-32, Углеводы-155
Полдник		
100	Яблоки	Калор.-49, Углеводы-12
20	Хлеб пшеничный	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
200	Молоко кипяченое	Калор.-117, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
20	Сыр (порциями)	Калор.-103, Белки-5, Жиры-9
40	Печенье	Калор.-168, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-31
Итого за Полдник		Калор.-482, Белки-16, Жиры-20, Углеводы-61
Ужин		
110	Тефтели из мяса говядины в молочном соусе говядина 6%, молоко пастеризованное 3,2%, лук репчатый, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, масло крестьянское несоленое, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	Калор.-219, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-13
180	Каша гречневая рассыпчатая крупа гречневая ядрица, соль йодированная	Калор.-205, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-41
50	Хлеб пшеничный	Калор.-113, Белки-3, Углеводы-23
55	Хлеб ржаной	Калор.-107, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23
200/5	Чай с лимоном (2/10) сахар-песок, лимон, чай черный байховый	Калор.-40, Углеводы-10
Итого за Ужин		Калор.-684, Белки-27, Жиры-17, Углеводы-110
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.-3 088, Белки-107, Жиры-112, Углеводы-425
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	00C60E0770C25EEBD65E3FA1735C712B03 с 28.11.2023 07:03 по 20.02.2025 07:03 GMT+03:00	23.04.2024 08:11 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа