

меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
30	Огурец свежий порционный <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-4, У-1	12-00
100	Гуляш из курицы с луком <i>куры грудка, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-266, Б-12, Ж-14, У-21	65-00
185	Гарнир Рис отв с зеленью <i>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-165, Б-1, Ж-2, У-33	38-00
200	Чай с облепихой св/мор <i>сахар-песок, облепиха св/мор, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-46, У-11	9-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	7-00
36	Хлеб ржаной	ККАЛ-61, Б-2, У-12	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-646, Б-18, Ж-17, У-98	135-00
обед			
60	Огурец св. с кукурузой <i>огурцы свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-67, Б-1, Ж-6, У-4	30-00
70/30	Котлета домашняя с соусом красн. осн. <i>фарш мясной, хлеб белый в б/юда, масло растительное, лук репка, сухари паниров., морковь свежая, томат-паста, мука в/с, масло сливочное 72,5%, яйцо, соль йодированная, сахар-песок, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-277, Б-15, Ж-8, У-11	55-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	30-00
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	9-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-826, Б-28, Ж-19, У-107	135-00
полдник			
200	Апельсин свежий	ККАЛ-94, Б-2, У-23	40-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	26-00
65	Булочка Осенняя <i>мука в/с, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, яйцо, масло растительное, дрожжи пресованные, соль йодированная</i>	ККАЛ-193, Б-5, Ж-7, У-24	26-00
Итого за полдник		ККАЛ-379, Б-8, Ж-7, У-67	92-00
Итого за день		ККАЛ-1 851, Б-54, Ж-43, У-272	362-00

Директор
МБОУ "СОШ
№ 39"
Митрофанова
С.Н.



ИП Лоскутова
О.П.



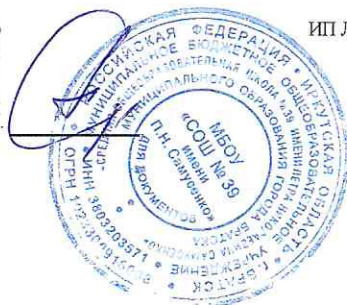
Фельдшер

12

меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
100	Печень в соусе молочно-морковном <small>печень мясная, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, морковь свежая, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-328, Б-6, Ж-7, У-30	89-00
190	Макароньы отварные (рожки) <small>макароньы (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-220, Б-6, Ж-10, У-38	30-00
200/6	Чай с лимоном.. <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-44, У-11	6-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	7-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-747, Б-17, Ж-18, У-109	135-00
<u>обед</u>			
20	Помидор свежий порц <small>помидорьы св, масло растительное</small>	ККАЛ-4, У-1	11-00
70/30	Биточки куриные с соусом белым осн <small>куры грудка, хлеб белый в блюда, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-234, Б-13, Ж-13, У-18	60-00
180	Картофель молочный <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-156, Б-4, Ж-6, У-23	44-00
200	Напиток вишневый. <small>вишня сухая, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-80, У-20	9-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-683, Б-25, Ж-19, У-105	135-00
<u>полдник</u>			
130	Яблоки свежие	ККАЛ-70, У-20	23-00
200	Молоко 2.5%	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-10	22-00
60	Ватрушка с творогом <small>мука в/с, творог свежий 5%, сахар-песок, масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, дрожжи сух</small>	ККАЛ-200, Б-6, Ж-11, У-29	24-00
Итого за полдник		ККАЛ-378, Б-12, Ж-16, У-59	69-00
Итого за день		ККАЛ-1 808, Б-54, Ж-53, У-273	339-00

Директор
МБОУ "СОШ
№ 39"
Митрофанова
С.Н.



ИП Лоскутова



Фельдшер

(Handwritten signature)

меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
175	Каша рисовая молочная с маслом <i>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-246, Б-6, Ж-18, У-33	41-00
90	Суфле "Воздушное" творожное. <i>творог свежий 5%, яйцо, рис, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, сухари паниров., соль йодированная, масло растительное, ванилин</i>	ККАЛ-95, Б-6, Ж-6, У-12	74-00
30	Подливка ягодная <i>джем в ассортименте</i>	ККАЛ-36, У-9	6-00
200	Чай Французский (с ванилью) <i>сахар-песок, чай байховый, ванилин</i>	ККАЛ-41, У-10	4-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	7-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-573, Б-17, Ж-25, У-94	135-00
обед			
100	Гуляш из рыбы. <i>минтай филе, лук репка, масло растительное, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-144, Б-13, Ж-12, У-6	70-00
180	Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	44-00
200	Сок цитрусовый <i>лимон свежий, сахар-песок</i>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	10-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-587, Б-26, Ж-18, У-93	135-00
полдник			
200	Ряженка 2,5%	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-8	34-00
120	Мандарины свежие	ККАЛ-55, Б-1, У-13	38-00
50	Слойка с сахаром <i>тесто слоеное пресное, сахар-песок, яйцо</i>	ККАЛ-298, Б-8, Ж-9, У-31	26-00
Итого за полдник		ККАЛ-461, Б-15, Ж-14, У-52	98-00
Итого за день		ККАЛ-1621, Б-58, Ж-57, У-239	368-00

Директор
МБОУ "СОШ
№ 39"
Митрофанова
С.Н.



ИП Лоску



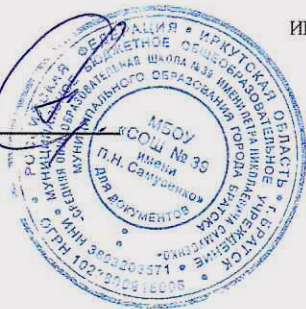
Фельдшер

[Handwritten signature]

меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
70/30	Фрикадельки Любимые мясн с соусом томат.	ККАЛ-327, Б-14, Ж-18, У-29	72-00
<i>фарш мясной, хлеб белый в блюда, мука в/с, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, томат-паста, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>			
180	Овощное пюре	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	48-00
<i>картофель св, масло сливочное 72,5%, горошек зеленый консервир., молоко сухое 25%, соль йодированная</i>			
200	Чай Итальянский (корица)	ККАЛ-62, У-15	5-00
<i>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</i>			
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	7-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-686, Б-23, Ж-25, У-98	135-00
обед			
40	Огурец свежий порционный	ККАЛ-6, У-1	17-00
<i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>			
100	Бефстроганов с курицей	ККАЛ-156, Б-11, Ж-11, У-18	64-00
<i>куры грудка, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная</i>			
180	Гарнир гречка с овощами	ККАЛ-158, Б-6, Ж-8, У-19	33-00
<i>гречка, горошек зеленый консервир., морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>			
200	Напиток из шиповника	ККАЛ-97, Б-1, У-20	10-00
<i>шиповник, сахар-песок</i>			
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-626, Б-26, Ж-19, У-101	135-00
полдник			
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	26-00
130	Яблоки свежие	ККАЛ-70, У-20	23-00
60	Мармелад	ККАЛ-193, У-48	32-00
Итого за полдник		ККАЛ-355, Б-1, У-88	81-00
Итого за день		ККАЛ-1 667, Б-50, Ж-44, У-287	351-00

Директор
МБОУ "СОШ
№ 39"
Митрофанова
С.Н.



ИП Лоскутова



Фельдшер

[Handwritten signature]

меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
100	Ёжики кур <i>куры грудка, рис, лук репка, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-138, Б-11, Ж-11, У-14	56-00
40	Соус Красный основной <i>морковь свежая, масло сливочное 72,5%, томат-паста, мука в/с, лук репка, сахар-песок, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-18, Ж-1, У-3	11-00
180	Гарнир сложный картофель+капуста <i>капуста белокачанная свежая, картофель св, масло сливочное 72,5%, лук репка, молоко сухое 25%, морковь свежая, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-99, Б-3, Ж-4, У-16	48-00
200	Чай Апельсиновый <i>сахар-песок, апельсины св, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-48, У-12	9-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	7-00
36	Хлеб ржаной	ККАЛ-61, Б-2, У-12	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-468, Б-19, Ж-17, У-77	135-00
обед			
25	Огурец солёный консерв.	ККАЛ-3	18-00
70/30	Биточки мясные на пару с соусом белым осн <i>фарш мясной, хлеб белый в блюда, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-294, Б-6, Ж-12, У-24	64-00
180	Горошница - пюре <i>горох сухой, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-198, Б-11, Ж-6, У-24	35-00
200	Компот из сухофруктов <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	7-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-771, Б-25, Ж-18, У-107	135-00
полдник			
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-158, Б-5, Ж-5, У-22	34-00
120	Мандарины свежие	ККАЛ-55, Б-1, У-13	37-00
60	Плюшка "Дачная" <i>мука в/с, молоко свежее 2,5%, сахар-песок, яйцо, масло растительное, масло сливочное 72,5%, дрожжи сух</i>	ККАЛ-198, Б-5, Ж-9, У-33	13-00
Итого за полдник		ККАЛ-411, Б-11, Ж-14, У-68	84-00
Итого за день		ККАЛ-1 650, Б-55, Ж-49, У-252	354-00

Директор
МБОУ "СОШ
№ 39"
Митрофанова
С.Н.



ИП Лоскутова
О.П.



Фельдшер

(Handwritten signature)