

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
15	Хлеб ржаной	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8
25	Батон	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
199	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогатенный	Калорийность-81, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	Масло сливочное порционное	Калорийность-2
10	Сыр порционный	Калорийность-4
204	Каша геркулес молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа геркулес, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-86
Итого за Завтрак		
		Калорийность-280, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-30
Второй завтрак		
170	Яблоко свежее	Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17
Итого за Второй завтрак		
		Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17
Обед		
250	Суп-пюре из овощей свежей картофель, молоко пастеризованное 3,2%, капуста свежая белокочанная, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная вс	Калорийность-85, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-14
175	Калорийность-143, Белки-17, Жиры-6, Углеводы-4	
15	Икра кабачковая	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8
200	Напиток "Витамин"	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-12
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		
		Калорийность-462, Белки-27, Жиры-10, Углеводы-64
Полдник		
168	Запеканка творожная со стружкой молочная творог 9%, молоко стуженное, крупа манная, сахар, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, специи сахарозаменитель, яйцо диетическое	Калорийность-380, Белки-29, Жиры-17, Углеводы-26
198	Молочко какао-шоколадное	Калорийность-115, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
Итого за Полдник		
		Калорийность-495, Белки-35, Жиры-23, Углеводы-35
Ужин		
130	Пюре из рыбы карбунд порционный без пива, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная вс	Калорийность-340, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-11
150	Картофель отварной картофель, масло сливочное 72,5%	Калорийность-117, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24
193	Чай с лимоном сахар, лимон, чай зеленый	Калорийность-2
50	Огурец свежий	Калорийность-7, Углеводы-1
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Ужин		
		Калорийность-600, Белки-34, Жиры-24, Углеводы-62
Второй ужин		
172	Воздуш (бисквит) сметаной (и ассорти фрукты)	Калорийность-108, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за Второй ужин		
		Калорийность-108, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за день		
		Калорийность-2 025, Белки-113, Жиры-60, Углеводы-214

Директор



бухгалтер

[Signature]
Осташкина
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

[Signature]
Кавкина
Светлана
Владимировна

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), Белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
15	Хлеб ржаной	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8
50	Батон	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
199	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обезжиренный	Калорийность-81, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	Масло сливочное переработанное	Калорийность-3
15	Сыр твердый	Калорийность-6
204	Крем творожный мажонез с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крем творожный, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-86
Итого за Завтрак		Калорийность-350, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-44
Второй завтрак		
170	Яблоко свежее	Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17
Итого за Второй завтрак		Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17
Обед		
300	Суп-пюре из разных овощей картофель, молоко пастеризованное 3,2%, капуста свежая безжировая, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-102, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17
262	Калорийность-214, Белки-26, Жиры-9, Углеводы-7	
20	Икра кабачковая	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
200	Напиток "Вегетта"	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-12
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-631, Белки-40, Жиры-14, Углеводы-87
Полдник		
168	Запеканка творожная со стучезным молоком творог 9%, молоко стучезное, крем мясной, сахар, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, сахар пшеничное, айра диетическое	Калорийность-380, Белки-29, Жиры-17, Углеводы-26
198	Молоко кипяченое	Калорийность-115, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
Итого за Полдник		Калорийность-495, Белки-35, Жиры-23, Углеводы-35
Ужин		
130	Полдника из рыбы губарина потрошенная без головы, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная в/с	Калорийность-340, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-11
150	Картофель отварной картофель, масло сливочное 72,5%	Калорийность-117, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24
193	Чай с лимоном сахар, лимон, чай зеленый	Калорийность-2
75	Огурец свежий	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Ужин		Калорийность-604, Белки-35, Жиры-24, Углеводы-63
Второй ужин		
192	Йогурт (биоак-урт) швейцарский (в ассортименте)	Калорийность-121, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7
Итого за Второй ужин		Калорийность-121, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7
Итого за день		Калорийность-2 281, Белки-130, Жиры-72, Углеводы-253



Директор

Михаил Владимирович

Бухгалтер

Огустина
Ирина
Анатолевна

Заведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
15	Хлеб ржаной	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8
25	Биток	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
199	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обгазированной	Калорийность-81, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	Масло сливочное переранено	Калорийность-2
10	Сыр переранено	Калорийность-4
204	Каша геркулес молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа геркулес, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-86
Итого за Завтрак		Калорийность-280, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-30
Второй завтрак		
170	Яблоко свежее	Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17
Итого за Второй завтрак		Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17
Обед		
250	Суп-пюре из разных овощей картофель, молоко пастеризованное 3,2%, капуста свежая безлиственная, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная выс	Калорийность-85, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-14
175	Калорийность-143, Белки-17, Жиры-6, Углеводы-4	
15	Вода калачиная	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8
200	Пантонг "Витасан"	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-12
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-462, Белки-27, Жиры-10, Углеводы-64
Полдник		
168	Запеканка творожная со ступеным молоком творог 9%, молоко ступенное, крупа манная, сахар, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, сметана пастеризованная, яйцо диетическое	Калорийность-380, Белки-29, Жиры-17, Углеводы-26
199	Молоко кипяченое	Калорийность-115, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
Итого за Полдник		Калорийность-495, Белки-35, Жиры-23, Углеводы-35
Итого за день		Калорийность-1317, Белки-70, Жиры-38, Углеводы-146

Директор



Бухгалтер

[Signature]

Остасюна
Прина
Анатолевна

Заведующий
столовой

[Signature]

Казанова
Светлана
Владимировна

Выход (г)	Наименование блюда	ка. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
15	Хлеб ржаной	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8
50	Батон	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
199	Кофейный напиток с малым содержанием сахара, кофеинный напиток обезжиренный	Калорийность-81, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	Масло сливочное переработанное	Калорийность-3
15	Сыр пармезан	Калорийность-6
204	Каши геркулес молочная с маслом малым содержанием сахара 3,2%, крупы геркулес, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-88
Итого за Завтрак		Калорийность-350, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-44
Второй завтрак		
170	Яблоко свежее	Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17
Итого за Второй завтрак		Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17
Обед		
300	Суп-шоре на разных овощах картофель, масло растительное 3,2%, капуста свежая белокочанная, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-102, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17
262	Макаронник с мясом и маслом мясо говядины, макаронные изделия категории А, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, айра диетическое, сахар панировочное	Калорийность-214, Белки-26, Жиры-9, Углеводы-7
20	Нера коблочки	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
200	Напиток "Витоника"	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-12
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-631, Белки-40, Жиры-14, Углеводы-87
Полдник		
168	Запеканка творожная со ступеным мясом творог 9%, молоко ступенное, крупы пшеница, сахар, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, сахар панировочное, айра диетическое	Калорийность-380, Белки-29, Жиры-17, Углеводы-26
198	Молоко кипяченое	Калорийность-115, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
Итого за Полдник		Калорийность-495, Белки-35, Жиры-23, Углеводы-35
Итого за день		Калорийность-1556, Белки-85, Жиры-42, Углеводы-183

Директор



Бухгалтер

Отставнова
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эв. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
55	<i>Батон</i>	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
200	<i>Какао с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, масло сливочное	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
130	<i>Смюлет фаршированный зеленым горошком</i> ябло диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-165, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-5
125	<i>Погурт (биопогурт) пшеничный (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-531, Белки-27, Жиры-20, Углеводы-59
Второй завтрак		
180	<i>Груша свежая</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Обед		
80	<i>Винегрет овощной</i> картофель, свекла, капуста квашеная, огурцы консервированные, лук репчатый, морковь, масло растительное, укроп свежий	Калорийность-102, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-6
255	<i>Пиц из свежей капусты со сметаной</i> капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-9
75	<i>Зразы "Варя-Месескине"</i> мясо говяжье, лук репчатый, ябло диетическое, масло растительное, молоко пастеризованное 3,2%	Калорийность-76, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-13
150	<i>Овощи в молочном соусе</i> морковь, капуста свежая белокочанная, картофель, молоко пастеризованное 3,2%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, сахар	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-10
200	<i>Каша из крупы</i> крупя, сахар	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-488, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-78
Полдник		
75	<i>Вырушка с повидлом</i> мука пшеничная в/с, повидло фруктовое, сахар, масло растительное, ябло диетическое, дрожжи сухие	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-304, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-66
Ужин		
165	<i>Рыба запеченная в молочном соусе</i> горбуша порционный без головы, молоко пастеризованное 3,2%, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, сыр голландский 45%	Калорийность-78, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11
150	<i>Рис с овощами</i> крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло сливочное 72,5%, масло растительное	Калорийность-202, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-40
200	<i>Чай с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай листовый	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
100	<i>Морковная запеканка</i> морковь, крупа манная, масло сливочное 72,5%, сахар, сахар пшеничный, сметана 15%	Калорийность-90, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17
Итого за Ужин		Калорийность-600, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-110
Второй ужин		
180	<i>Сметана</i>	Калорийность-200, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-3
Итого за Второй ужин		Калорийность-200, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-3
Итого за день		Калорийность-2 000, Белки-63, Жиры-46, Углеводы-332

Директор



Итого за Второй ужин

Бухгалтер

[Signature]
Остановина
Ирина
Анатолевна

Заведующий
столовой

[Signature]
Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
	<i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок</i>	
130	<i>Сметан фазгированный зеленым горошком</i>	Калорийность-165, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-5
	<i>яйцо диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с</i>	
125	<i>Йогурт (биокаурт) ягодный (в асортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
	Итого за Завтрак	Калорийность-585, Белки-29, Жиры-21, Углеводы-70
Второй завтрак		
180	<i>Груша свежая</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Обед		
100	<i>Винегрет овощной</i>	Калорийность-128, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7
	<i>картофель, свекла, капуста квашеная, огурцы консервированные, лук репчатый, морковь, масло растительное, укроп свежий</i>	
305	<i>Щи из свежей капусты со сметаной</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11
	<i>капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий</i>	
75	<i>Зразы "Вера-Исетские"</i>	Калорийность-102, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-18
	<i>масло гомариса, лук репчатый, яйцо диетическое, масло растительное, молоко пастеризованное 3,2%</i>	
200	<i>Салати в молочном соусе</i>	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
	<i>морковь, капуста свежая белокочанная, картофель, молоко пастеризованное 3,2%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, сахар</i>	
200	<i>Компот из кураги</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
	<i>курага, сахар</i>	
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
	Итого за Обед	Калорийность-733, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-125
Полдник		
75	<i>Вагрушка с помидором</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48
	<i>мука пшеничная в/с, масло фруктовое, сахар, масло растительное, яйцо диетическое, дрожжи сухие</i>	
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
	Итого за Полдник	Калорийность-304, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-66
Ужин		
165	<i>Рыба запеченная в молочном соусе</i>	Калорийность-78, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11
	<i>горбуша потрошенная без головы, молоко пастеризованное 3,2%, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, сыр голландский 45%</i>	
150	<i>Рис с овощами</i>	Калорийность-202, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-40
	<i>крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло сливочное 72,5%, масло растительное</i>	
200	<i>Чай с молоком</i>	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
	<i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай пакетовый</i>	
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
100	<i>Мороженая запеканка</i>	Калорийность-90, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17
	<i>морковь, крупа манная, масло сливочное 72,5%, сахар, сахар пшеничный, сметана 15%</i>	
	Итого за Ужин	Калорийность-600, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-110
Второй ужин		
200	<i>Сметана</i>	Калорийность-2327, Белки-72, Жиры-52, Углеводы-391
	Итого за Второй ужин	
	Итого за день	Калорийность-2327, Белки-72, Жиры-52, Углеводы-391

Директор



Бухгалтер

Отставная
Ирина
АнтольевнаЗаведующий
столовой

Казнова
Светлана
Владимировна

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), Белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
55	Батон	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
200	Какао с молоком	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
	молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок	
130	Сырок ферментированный желтый горьким	Калорийность-165, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-5
	ядро диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, горький желтый консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	
125	Воздух (бисквит) пышный (и ассортиенты)	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-531, Белки-27, Жиры-20, Углеводы-59
Второй завтрак		
180	Гриль свиной	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Обед		
80	Винегрет овощной	Калорийность-102, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-6
	картофель, свекла, капуста кочанная, огурцы консервированные, лук репчатый, морковь, масло растительное, укроп свежий	
255	Пицц из свиной капусты со сметаной	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-9
	капуста свекла белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий	
75	Зразы "Возду-Насекомое"	Калорийность-76, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-13
	масло подсолнечное, лук репчатый, ядро диетическое, масло растительное, молоко пастеризованное 3,2%	
150	Салат в мясном соусе	Калорийность-76, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-13
	морковь, капуста свекла белокочанная, картофель, молоко пастеризованное 3,2%, горький желтый консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, сахар	
200	Каша из курицы	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
	курица, сахар	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-488, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-78
Полдник		
75	Вагрушка с картофелем	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48
	мука пшеничная в/с, помидор фаршированный, сахар, масло растительное, ядро диетическое, дрожжи сухие	
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-304, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-66
Итого за день		Калорийность-1 408, Белки-46, Жиры-36, Углеводы-222

Директор



Бухгалтер

Отставнова
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

Казкина
Светлана
Владимировна

Выход (г)	Наименование блюда	ка. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
130	<i>Сырок фаргированный зеленым горошком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, яйцо-пашотик	Калорийность-165, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-5
130	<i>Яблоко диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
125	<i>Йогурт (биоюгурт) питьевой (в асортименте)</i>	Калорийность-585, Белки-29, Жиры-21, Углеводы-70
Итого за Завтрак		
Второй завтрак		
180	<i>Груши сырым</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Итого за Второй завтрак		
Обед		
100	<i>Винегрет овощной</i> картофель, свекла, капуста квашеная, огурцы консервированные, лук репчатый, морковь, масло растительное, укроп свежий	Калорийность-128, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7
306	<i>Щи из свежей капусты со сметаной</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11
75	<i>Зразы "Веря-Исетские"</i> капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий	Калорийность-102, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-18
200	<i>Салоны в молочном соусе</i> морковь, капуста свежая белокочанная, картофель, молоко пастеризованное 3,2%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, сахар	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
200	<i>Каша из кукурузы</i> кукуруза, сахар	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		
Подарок		
75	<i>Вагрушка с изюмом</i> мука пшеничная в/с, изюм, сахар, масло растительное, яйцо диетическое, дрожжи сухие	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Подарок		
Итого за день		
Калорийность-1727, Белки-55, Жиры-42, Углеводы-281		

Директор



Бухгалтер

Отставнова
Прима
Антонельна

Заведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (Л. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (жквл), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
55	<i>Битки</i>	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогащенный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	<i>Масло сливочное топленое</i>	Калорийность-2
10	<i>Сыр тертый</i>	Калорийность-4
205	<i>Каша манная молочная с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа манная, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-207, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-36
Итого за Завтрак		Калорийность-509, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-87
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
100	<i>Салат из свежих огурцов</i> <i>огурцы свежие, масло растительное, укроп свежий</i>	Калорийность-103, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-2
263	<i>Курни тушеная с овощами</i> <i>говядина вырезка-бройлерная охлажденная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, горошек зеленый консервированный, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-309, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-19
200	<i>Напиток из смородины</i> <i>смородина черная, сахар</i>	Калорийность-11, Углеводы-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
250	<i>Суп картофельный с сайрой и крупой</i> <i>картофель, сайра консервированная, морковь, лук репчатый, крупа геркулес, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	Калорийность-84, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-14
Итого за Обед		Калорийность-708, Белки-32, Жиры-30, Углеводы-77
Полдник		
200	<i>Кисель "Витамин"</i>	Калорийность-72, Углеводы-18
225	<i>Пирог из творога с фруктовым соусом</i> <i>творог 9%, сахар, масло фруктовое, изюм, сахар, крупа манная, яйцо диетическое, мука пшеничная в/с, сметана 15%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-477, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-50
Итого за Полдник		Калорийность-549, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-68
Ужин		
65	<i>Полдника из говядины</i> <i>мясо говядины, лук репчатый, масло растительное, томат-паста</i>	Калорийность-184, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-2
130	<i>Макаронные изделия с сыром</i> <i>макаронные изделия категории А, сыр голландский 45%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-7, Жиры-1
200	<i>Чай с лимоном</i> <i>сахар, лимон, чай зеленый</i>	Калорийность-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
100	<i>Салат из свежей капусты</i> <i>капуста свежая белокочанная, морковь, масло растительное, сахар</i>	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-4
Итого за Ужин		Калорийность-465, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-46
Второй ужин		
180	<i>Йогурт (биокефир) натуральный (в ассортименте)</i>	Калорийность-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за Второй ужин		Калорийность-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за день		Калорийность-2 429, Белки-114, Жиры-83, Углеводы-301

Директор



Бухгалтер

[Signature]
Отставнова
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

[Signature]
Казьмина
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. про. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обезжиренный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	<i>Масло сливочное термостабильное</i>	Калорийность-3
15	<i>Сыр термостабильный</i>	Калорийность-6
205	<i>Каша манная молочная с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа манная, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-207, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-36
Итого за Завтрак		Калорийность-566, Белки-19, Жиры-10, Углеводы-98
Второй завтрак		
180	<i>Мясное свиное</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
100	<i>Салат из свежих огурцов</i> <i>огурцы свежие, масло растительное, укроп свежий</i>	Калорийность-103, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-2
263	<i>Курятина тушеная с овощами</i> <i>курица цыпленок-бройлер охлажденный, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, гарнир детский</i>	Калорийность-309, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-19
200	<i>Напиток из смородины</i> <i>смородина черная, сахар</i>	Калорийность-11, Углеводы-2
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
300	<i>Суп картофельный с сайрой и крутой</i> <i>картофель, сайра консервированная, морковь, лук репчатый, крупа геркулес, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-16
Итого за Обед		Калорийность-925, Белки-39, Жиры-32, Углеводы-119
Полдник		
200	<i>Кисель "Витамин"</i>	Калорийность-72, Углеводы-18
225	<i>Пирог из творога с фруктовым соусом</i> <i>творог 9%, молоко фруктовое, яблоч, сахар, крупа манная, яйцо диетическое, мука пшеничная в/с, сметана 15%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-477, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-50
Итого за Полдник		Калорийность-549, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-68
Ужин		
65	<i>Пароварка из говядины</i> <i>мясо говядины, лук репчатый, масло растительное, томат-паста</i>	Калорийность-184, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-2
195	<i>Макаронные изделия с сыром</i> <i>макаронные изделия категории А, сыр голландский 45%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-11, Жиры-1
200	<i>Чай с лимоном</i> <i>сахар, лимон, чай зеленый</i>	Калорийность-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
100	<i>Салат из свежей капусты</i> <i>капуста свежая белокочанная, морковь, масло растительное, сахар</i>	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-4
Итого за Ужин		Калорийность-469, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-46
Второй ужин		
200	<i>Йогурт (биолагури) питьевой (в ассортименте)</i>	Калорийность-126, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7
Итого за Второй ужин		Калорийность-126, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7
Итого за день		Калорийность-2 720, Белки-124, Жиры-86, Углеводы-356

Михайлов Михаил
Иванович

Бухгалтер

Отстанкова
Прима
АлександровнаЗаведующий
столовой

Козлова
Светлана
Владимировна

Меню (3. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	на 100г (жир), белки (г), углеводы (г), клетчатка (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	<i>Биток</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогащенный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	<i>Масло сливочное топленое</i>	Калорийность-7
10	<i>Сыр твердый</i>	Калорийность-4
205	<i>Каша манная молочная с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа манная, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-207, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-36
Итого за Завтрак		Калорийность-496, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-85
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
100	<i>Салат из свежих огурцов</i> <i>огурцы свежие, масло растительное, укроп свежий</i>	Калорийность-103, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-2
263	<i>Курятица тушеная с овощами</i> <i>курица (филе) без кожи, лук репчатый, морковь, картофель, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, горошек зеленый консервированный, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-309, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-19
200	<i>Напиток из смородины</i> <i>смородина черная, сахар</i>	Калорийность-11, Углеводы-2
35	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
250	<i>Суп картофельный с сайрой и крупой</i> <i>картофель, сайра консервированная, лук репчатый, крупа геркулес, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	Калорийность-84, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-14
Итого за Обед		Калорийность-721, Белки-32, Жиры-30, Углеводы-79
Полдник		
200	<i>Кисель "Витамин"</i>	Калорийность-72, Углеводы-18
225	<i>Пудинг из творога с фруктовым соусом</i> <i>творог 9%, сахар фруктовый, яблочный, сахар, крупа манная, яйца диетические, мука пшеничная в/с, сметана 15%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-477, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-50
Итого за Полдник		Калорийность-549, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-68
Итого за день		Калорийность-1851, Белки-81, Жиры-57, Углеводы-238

Директор



Бухгалтер

Отставнова
Ирина
АлександровнаЗаведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (4. Обучающиеся 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), Белки (г), Углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	<i>Битки</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Кофейный напиток с молоком нового производства 3,2%, сахар, кофейный напиток обезжиренный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	<i>Масло сливочное маргаринно</i>	Калорийность-3
15	<i>Сыр творожный</i>	Калорийность-6
205	<i>Каша манная молочная с маслом нового производства 3,2%, крупа манная, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-207, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-36
Итого за Завтрак		Калорийность-566, Белки-19, Жиры-10, Углеводы-98
Второй завтрак		
180	<i>Молоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
100	<i>Салат из свежих огурцов огурцы свежие, масло растительное, укроп свежий</i>	Калорийность-103, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-2
263	<i>Куриня гуляш с овощами курица охлажденная-бройлер, лук репчатый, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, горошек зеленый консервированный, мука пшеничная и-с</i>	Калорийность-309, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-19
200	Калорийность-11, Углеводы-2	
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
300	<i>Суп картофельный с сайрой и крутой картофель, сайра консервированная, морковь, лук репчатый, крупа геркулес, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-16
Итого за Обед		Калорийность-925, Белки-39, Жиры-32, Углеводы-119
Полдник		
200	<i>Кисель "Витамин"</i>	Калорийность-72, Углеводы-18
225	<i>Пирог из творога с фруктовом соусом творог 5%, повидло фруктовое, изюм, сахар, крупа манная, яйцо диетическое, мука пшеничная и-с, сметана 15%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-477, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-50
Итого за Полдник		Калорийность-549, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-68
Итого за день		Калорийность-2 125, Белки-90, Жиры-60, Углеводы-303



Бухгалтер

[Handwritten signature]
 Отстанкина
 Ирина
 Анатольевна

Заведующий
 столовой

[Handwritten signature]
 Казакова
 Светлана
 Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
55	<i>Батон</i>	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Каша с маслом</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
105	<i>Омлет с мясом и маслом</i> яйцо диетическое, мясо говядины, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-177, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-2
125	<i>Йогурт (биоюгурт) мясной (и ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за завтрак		Калорийности-543, Белки-32, Жиры-21, Углеводы-56
Второй завтрак		
180	<i>Апельсин свежий</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй завтрак		Калорийности-77, Белки-2, Углеводы-15
Обед		
80	<i>Салат "Бурочек"</i> свежая капуста консервированная, масло растительное	Калорийность-130, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-4
100	<i>Бефстроганов из говядины</i> мясо говядины, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-180, Белки-17, Жиры-11, Углеводы-3
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i> крупа гречневая, масло сливочное 72,5%	Калорийность-186, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-34
200	<i>Напиток из топинамбура</i> топинамбук, сахар	Калорийность-9, Углеводы-1
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
250	<i>Суп мясной с макаронами из durum</i> молоко пастеризованное 3,2%, макаронные изделия durum 3,2%, масло сливочное 72,5%, сахар	Калорийность-73, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-6
Итого за Обед		Калорийности-779, Белки-36, Жиры-31, Углеводы-88
Полдник		
75	<i>Пирожок с капустой и яйцом</i> мясо пшеничная в/с, капуста свежая белокочанная, яйцо диетическое, сахар, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи сухие	Калорийности-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-28
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийности-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийности-228, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-46
Ужин		
60	<i>Каша из кукурузы</i> крупа кукурузная-булгур оладьевый, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, хлеб пшеничный, масло сливочное 72,5%	Калорийности-57, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9
130	<i>Морковь с зеленым горошком и молочным соусом</i> морковь, молоко пастеризованное 3,2%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийности-117, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24
150	<i>Картофель отварной</i> картофель, масло сливочное 72,5%	Калорийности-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
200	<i>Чай с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай ароматный	Калорийности-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийности-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийности-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Ужин		Калорийности-404, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-75
Второй ужин		
180	<i>Сметана</i>	Калорийности-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй ужин		Калорийности-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за день		Калорийности-2 031, Белки-88, Жиры-60, Углеводы-280



Бухгалтер

Светлана

Осташкина
Ирина
Антальевна

Заведующий
столовой

Светлана

Козачкова
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	ка. ценз. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
	<i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок</i>	
105	<i>Омлет с мясом и маслом</i>	Калорийность-177, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-2
	<i>яйцо диетическое, мясо говядины, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%</i>	
125	<i>Пюре (бобовое) мясной (и ассортированной)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
	<i>Итого за Завтрак</i> Калорийность-597, Белки-34, Жиры-22, Углеводы-67	
Второй завтрак		
180	<i>Апельсин свежий</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
	<i>Итого за Второй завтрак</i> Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15	
Обед		
100	<i>Салат "Бурчок"</i>	Калорийность-163, Белки-1, Жиры-15, Углеводы-6
	<i>салат, маринованные консервированные, масло растительное</i>	
150	<i>Бифштекс из говядины</i>	Калорийность-270, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-4
	<i>мясо говядины, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с</i>	
200	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	Калорийность-249, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-46
	<i>крупа гречневая, масло сливочное 72,5%</i>	
200	<i>Паштет из индейки</i>	Калорийность-9, Углеводы-1
	<i>паштетик, сахар</i>	
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
300	<i>Суп мясной с макаронными изделиями</i>	Калорийность-88, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7
	<i>молоко пастеризованное 3,2%, макаронные изделия категории 4, масло сливочное 72,5%, сахар</i>	
	<i>Итого за Обед</i> Калорийность-1181, Белки-52, Жиры-44, Углеводы-144	
Полдник		
75	<i>Пирожок с капустой и яйцом</i>	Калорийность-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-28
	<i>крупа пшеничная в/с, капуста свежая белокочанная, яйцо диетическое, сахар, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи сухие</i>	
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
	<i>Итого за Полдник</i> Калорийность-228, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-46	
Ужин		
60	<i>Каша из кукурузы</i>	Калорийность-57, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9
	<i>крупа кукурузная-бульона овощного, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, хлеб пшеничный, масло сливочное 72,5%</i>	
130	<i>Морковь с зеленым горошком в молочном соусе</i>	Калорийность-117, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24
	<i>морковь, молоко пастеризованное 3,2%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с</i>	
150	<i>Картофель отварной</i>	Калорийность-117, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24
	<i>картофель, масло сливочное 72,5%</i>	
200	<i>Чай с молоком</i>	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
	<i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай зеленый</i>	
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
	<i>Итого за Ужин</i> Калорийность-404, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-75	
Второй ужин		
200	<i>Снежок</i>	Калорийность-2487, Белки-106, Жиры-74, Углеводы-347
	<i>Итого за день</i> Калорийность-2487, Белки-106, Жиры-74, Углеводы-347	



Пухлятов

Сидорова Ирина Александровна

Заведующий столовой

Козлова Светлана Владимировна

Меню (3. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Зантрак		
55	Батон	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	Какао с молоком	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
	молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок	
103	Омлет с мясом и маслом	Калорийность-177, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-2
	яйца диетические, мясо говядины, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	
125	Воздуш (бийогаурт) мясной (в ассортименте)	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
	Итого за Зантрак	Калорийность-543, Белки-32, Жиры-21, Углеводы-56
Второй завтрак		
180	Лимонный сок	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Обед		
80	Салат "Юрчинок"	Калорийность-130, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-4
	свежая морковь консервированная, масло растительное	
100	Бефстроганов из говядины	Калорийность-180, Белки-17, Жиры-11, Углеводы-3
	мясо говядины, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-186, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-34
	крупа гречневая, масло сливочное 72,5%	
200	Паштет из индейки	Калорийность-9, Углеводы-1
	индейка, сахар	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
250	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-73, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-6
	молоко пастеризованное 3,2%, макаронные изделия макаронной и, масло сливочное 72,5%, сахар	
	Итого за Обед	Калорийность-779, Белки-36, Жиры-31, Углеводы-88
Полдник		
75	Пирожок с капустой и яйцом	Калорийность-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-28
	мука пшеничная в/с, капуста свежая белокочанная, яйца диетические, сахар, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи сухие	
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
	Итого за Полдник	Калорийность-228, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-46
	Итого за день	Калорийность-1627, Белки-76, Жиры-54, Углеводы-205

Директор



Бухгалтер

Отставнова
Ирина
АлександровнаЗаведующий
столовойКазанова
Светлана
Владимировна

Меню (4. Обучающиеся 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. прот. (ккал), белок (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	<i>Биток</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Какао с маслом</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, ванилин	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
105	<i>Омлет с мясом и маслом</i> яйцо диетическое, мясо говядины, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-177, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-2
125	<i>Восрут (бюджетный) шиповый (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		
		Калорийность-597, Белки-34, Жиры-22, Углеводы-67
Второй завтрак		
180	<i>Апельсин свежий</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй завтрак		
		Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Обед		
100	<i>Салат "Бурочек"</i> салат, огурцы консервированные, масло растительное	Калорийность-163, Белки-1, Жиры-15, Углеводы-6
150	<i>Бифстроганиа из говядины</i> мясо говядины, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-270, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-4
200	<i>Каша гречневая рассычатая</i> крупа гречневая, масло сливочное 72,5%	Калорийность-249, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-46
200	<i>Паштет из индейки</i> индейка, сахар	Калорийность-9, Углеводы-1
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
300	<i>Суп молочный с макаронами изрубленными</i> молоко пастеризованное 3,2%, макаронные изделия категории 2, масло сливочное 72,5%, сахар	Калорийность-88, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7
Итого за Обед		
		Калорийность-1 181, Белки-52, Жиры-44, Углеводы-144
Полдник		
75	<i>Пирожок с капустой и яйцом</i> мука пшеничная в/с, капуста свежая белокочанная, яйцо диетическое, сахар, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи сухие	Калорийность-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-28
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		
		Калорийность-228, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-46
Итого за день		
		Калорийность-2 083, Белки-94, Жиры-66, Углеводы-272



Бухгалтер

[подпись]
 Отставнова
 Ирина
 Александровна

Заведующий
столовой

[подпись]
 Козлова
 Светлана
 Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), Белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
55	Батон	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогатщенный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	Масло сливочное топленое	Калорийность-3
10	Сыр тертый	Калорийность-4
155	Каша рисовая молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа рисовая, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-28
Итого за Завтрак		Калорийность-457, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-79
Второй завтрак		
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
100	Котлета рыбная "Ладя" мякоть обезжиренной трески, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная выс, молоко пастеризованное 3,2%, лук репчатый, хлеб пшеничный, яйцо диетическое, масло растительное, чеснок	Калорийность-114, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22
150	Пюре картофельное картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2
50	Помидор свежий тертый	Калорийность-11, Углеводы-2
200	Напиток "Апельсинка" апельсин, сахар	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
25	Хлеб ржаной	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11
255	Суп овощной с зеленым горошком и сметаной картофель, капуста свежая белокочанная, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий	Калорийность-408, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-77
Итого за Обед		Калорийность-408, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-77
Полдник		
60	Протеин	Калорийность-143, Белки-5, Углеводы-29
180	Яблоко свежее	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-228, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-47
Итого за день		Калорийность-1 170, Белки-33, Жиры-14, Углеводы-221

Директор



Бухгалтер

Отставнова
Ирина
Анатолевна

Заведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (г. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогащенный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	<i>Масло сливочное натуральное</i>	Калорийность-3
15	<i>Сыр пармезан</i>	Калорийность-6
155	<i>Каша рисовая молочная с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа рисовая, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-28
Итого за Завтрак		Калорийность-514, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-90
Второй завтрак		
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
100	<i>Котлета рыбная "Ладя"</i> <i>минтай обезглавленный порционный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, молоко пастеризованное 3,2%, лук репчатый, хлеб пшеничный, яйцо курическое, масло растительное, чеснок</i>	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-29
200	<i>Пюре картофельное</i> <i>картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-18, Белки-1, Углеводы-3
75	<i>Помидор свежий порционный</i>	Калорийность-11, Углеводы-2
200	<i>Пюре из овощей "Апельсинка"</i> <i>кабачок, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
306	<i>Суп овощной с зеленым горошком и сметаной</i> <i>картофель, капуста свежая белокочанная, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий</i>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14
Итого за Обед		Калорийность-669, Белки-19, Жиры-8, Углеводы-128
Полдник		
60	<i>Пряник</i>	Калорийность-143, Белки-5, Углеводы-29
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-228, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-47
Итого за день		Калорийность-1 487, Белки-42, Жиры-18, Углеводы-283

Директор



Бухгалтер

[Signature]
Орстанова
Ирина
Андреевна

Заведующий
столовой

[Signature]
Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (3. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	мл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
35	Батон	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогащенный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	Масло сливочное топленое	Калорийность-2
10	Сыр пармезано	Калорийность-4
155	Каша рисовая молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа рисовая, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-28
Итого за Завтрак		Калорийность-457, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-79
Второй завтрак		
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
100	Каша гречневая "Ляда" каштан обезжиренный порезанный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная м/с, молоко пастеризованное 3,2%, лук репчатый, хлеб пшеничный, яйцо диетическое, масло растительное, чеснок	Калорийность-114, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22
150	Щуряк картофельное картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2
50	Пюре свеклы пармезано	Калорийность-11, Углеводы-2
200	Напиток "Апельсин" апельсин, сахар	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
25	Хлеб ржаной	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11
255	Суп овощной с зеленым горошком и сметаной картофель, капуста свежая белокочанная, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий	Калорийность-409, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-77
Итого за Обед		Калорийность-409, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-77
Полдник		
60	Протик	Калорийность-143, Белки-5, Углеводы-29
180	Йогурт свежий	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-228, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-47
Итого за день		Калорийность-1 170, Белки-33, Жиры-14, Углеводы-221

Директор



Бухгалтер

[Handwritten signature]

Отставнова
Ирина
Анатолевна

Заведующий
столовой

[Handwritten signature]

Казина
Светлана
Владимировна

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	Батон	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогатленный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	Масло сливочное пармезано	Калорийность-3
15	Сыр пармезано	Калорийность-6
155	Каша рисовая молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа рисовая, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-28
Итого за Завтрак		Калорийность-514, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-90
Второй завтрак		
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
100	Котлета рыбная "Лара" мясной обезжиренный порционный, масло сливочное 72,5%, лук зеленый в/с, морковь пастеризованное 3,2%, лук репчатый, хлеб пшеничный, яйцо диетическое, масло растительное, чеснок	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-29
200	Пюре картофельное картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-18, Белки-1, Углеводы-3
75	Помидор свежий порционный	Калорийность-11, Углеводы-2
200	Напиток "Апельсин" апельсин, сахар	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	Хлеб пшеничный	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	Хлеб ржаной	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14
305	Суп овощной с зеленым горошком и сметаной картофель, капуста свежая белокочанная, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14
Итого за Обед		Калорийность-669, Белки-19, Жиры-8, Углеводы-128
Полдник		
60	Чайник	Калорийность-143, Белки-5, Углеводы-29
180	Йогурт свежий	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-228, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-47
Итого за день		Калорийность-1 487, Белки-42, Жиры-18, Углеводы-283



Бухгалтер

Отставнова
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

Козлова
Светлана
Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
50	<i>Батон</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
200	<i>Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогатленный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	<i>Масло сливочное порционное</i>	Калорийность-2
10	<i>Сыр порционный</i>	Калорийность-4
205	<i>Каша геркулесовая с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа геркулес, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-221, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-35
Итого за Завтрак		Калорийность-510, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-87
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
80	<i>Салат "Дружеское" капуста свежая белокочанная, огурцы свежие, масло растительное, салат, укроп свежий</i>	Калорийность-108, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-19
250	<i>Суп картофельный с горошком картофель, крупа геркулес, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	Калорийность-211, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-8
75	<i>Шницель рубленый мясо говядина, сыр порционный, масло растительное, яйцо диетическое</i>	Калорийность-2
150	<i>Макаронные изделия отварные макаронные изделия категории 4, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-12
200	<i>Напиток "Виктория"</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-582, Белки-32, Жиры-15, Углеводы-79
Полдник		
200	<i>Молоко стерилизованное</i>	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
170	<i>Кашаблинная творожная с соусом молочным творог 9%, яйцо диетическое, молоко стерилизованное, сахар, мука пшеничная в/с, крупа манная, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-358, Белки-28, Жиры-15, Углеводы-26
Итого за Полдник		Калорийность-474, Белки-34, Жиры-21, Углеводы-35
Ужин		
135	<i>Рыба по-ленинградски карпач по-ленинградски без головы, лук репчатый, мука пшеничная в/с, масло растительное</i>	Калорийность-116, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13
180	<i>Картофельное пюре заливное картофель, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, масло растительное</i>	Калорийность-198, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-29
200	<i>Чай с лимоном сахар, лимон, чай зеленый</i>	Калорийность-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
80	<i>Салат из вареной моркови с кукурузой морковь, кукуруза консервированная, масло растительное, салат</i>	Калорийность-134, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-12
Итого за Ужин		Калорийность-651, Белки-15, Жиры-24, Углеводы-94
Второй ужин		
180	<i>Воздушный (печенье) овсяный (в ассортименте)</i>	Калорийность-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за Второй ужин		Калорийность-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за день		Калорийность-2 415, Белки-108, Жиры-76, Углеводы-319



бухгалтер

Оставнова
Ирина
Андреевна

Заведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обезжиренный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	<i>Масло сливочное топленое</i>	Калорийность-3
15	<i>Сыр пармезано</i>	Калорийность-6
205	<i>Котлет жареные молочные с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеница, крупа рисовая, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-221, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-30
Итого за Завтрак		Калорийность-593, Белки-19, Жиры-10, Углеводы-103
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
100	<i>Салат "Здоровье"</i> <i>капусты свежая белокочанная, огурцы свежие, масло растительное, сахар, укроп свежий</i>	Калорийность-129, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-23
300	<i>Суп картофельный с горохом</i> <i>картофель, крупа горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	Калорийность-282, Белки-24, Жиры-16, Углеводы-11
100	<i>Пшеница рубленый</i> <i>мясо говядина, капуста консервированная, масло растительное, яйцо, диетическое</i>	Калорийность-2
200	<i>Макаронные изделия отварные</i> <i>макаронные изделия клетчатные и, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-12
200	<i>Напиток "Ванилин"</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
50	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
Итого за Обед		Калорийность-808, Белки-43, Жиры-20, Углеводы-113
Полдник		
200	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
170	<i>Колобки творожные с соусом молочным</i> <i>творог 9%, яйцо, диетическое, молоко сгущенное, сахар, мука пшеничная в/с, крупа манная, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-358, Белки-28, Жиры-15, Углеводы-26
Итого за Полдник		Калорийность-474, Белки-34, Жиры-21, Углеводы-35
Ужин		
135	<i>Рыба по-американски</i> <i>горбуша мороженая без головы, лук репчатый, мука пшеничная в/с, масло растительное</i>	Калорийность-116, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13
180	<i>Картофельное пюре мясное</i> <i>картофель, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо, диетическое, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, масло растительное</i>	Калорийность-198, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-29
200	<i>Чай с лимоном</i> <i>сахар, лимон, чай зеленый</i>	Калорийность-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
80	<i>Салат из вареной моркови с кукурузой</i> <i>морковь, кукуруза консервированная, масло растительное, сахар</i>	Калорийность-134, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-12
Итого за Ужин		Калорийность-651, Белки-15, Жиры-24, Углеводы-94
Второй ужин		
200	<i>Пюре (бифшопс) мясной (в ассортименте)</i>	Калорийность-126, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7
Итого за Второй ужин		Калорийность-126, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7
Итого за день		Калорийность-2 737, Белки-122, Жиры-62, Углеводы-370

Директор



Бухгалтер

[Signature]
Огостина
Ирина
Антоньевна

Заведующий столовой

[Signature]
Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (3. Обучившиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
50	<i>Батон</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогатленный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	<i>Масло сливочное порционное</i>	Калорийность-2
10	<i>Сыр пармезан</i>	Калорийность-4
205	<i>Каша дружба молочная с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшено, крупа рисовая, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-221, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-38
Итого за Завтрак		Калорийность-510, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-87
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
80	<i>Салат "Угрюмый"</i> <i>капуста свежая белокочанная, огурцы свежие, масло растительное, сахар, укроп свежий</i>	
250	<i>Суп картофельный с горошком</i> <i>картофель, крупа горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	Калорийность-108, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-19
75	<i>Шницель рубленый</i> <i>мясо говядина, сушеная панцирочная, масло растительное, яйцо диетическое</i>	Калорийность-211, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-8
150	<i>Макаронные изделия отварные</i> <i>макаронные изделия категории 4, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-2
200	<i>Панночка "Выпечка"</i>	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-12
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-582, Белки-32, Жиры-15, Углеводы-79
Полдник		
200	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
170	<i>Колобки творожные с соусом молочным</i> <i>творог 9%, яйцо диетическое, молоко стерилизованное, сахар, мука пшеничная выс, крупа манная, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-358, Белки-28, Жиры-15, Углеводы-26
Итого за Полдник		Калорийность-474, Белки-34, Жиры-21, Углеводы-35
Итого за день		Калорийность-1 651, Белки-84, Жиры-46, Углеводы-219

Директор



Бухгалтер

Ирина Антоновна
Отставнова
Ирина
Антоновна

Заведующий
столовой

Светлана Владимировна
Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (4. Обучающиеся 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), Белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогащенный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	<i>Масло сливочное натуральное</i>	Калорийность-3
15	<i>Сыр творожный</i>	Калорийность-6
205	<i>Каша геркулесовая с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа геркулесовая, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-221, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-38
Итого за Завтрак		Калорийность-593, Белки-19, Жиры-10, Углеводы-103
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
100	<i>Салат "Здоровье"</i> <i>капуста свежая белокочанная, огурцы свежие, масло растительное, сахар, укроп свежий</i>	
300	<i>Суп картофельный с горохом</i> <i>картофель, крупа горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	Калорийность-129, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-23
100	<i>Шницель рубленый</i> <i>мясо говядины, яйца курицочные, масло растительное, яйцо диетическое</i>	Калорийность-202, Белки-24, Жиры-16, Углеводы-11
200	<i>Макаронные изделия отварные</i> <i>макаронные изделия категории 4, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-2
200	<i>Напиток "Витамин"</i>	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-12
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
50	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
Итого за Обед		Калорийность-808, Белки-43, Жиры-20, Углеводы-113
Полдник		
200	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
170	<i>Каша овсяная с соусом молочным</i> <i>творог 9%, яйцо диетическое, молоко стерилизованное, сахар, мука пшеничная в/с, крупа овсяная, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-358, Белки-28, Жиры-15, Углеводы-26
Итого за Полдник		Калорийность-474, Белки-34, Жиры-21, Углеводы-35
Итого за день		Калорийность-1960, Белки-97, Жиры-52, Углеводы-269

Директор



Заведующий столовой

Бухгалтер

Отставной
Ирина
Антоньевна

Заведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
55	<i>Биток</i>	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
	<i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок</i>	
105	<i>Сметан натуральной</i>	Калорийность-140, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-2
	<i>молоко диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%</i>	
125	<i>Йогурт (биокефир) питьевой (в асептической)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
	Итого за Завтрак	Калорийность-506, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-56
Второй завтрак		
180	<i>Груша свежая</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Обед		
255	<i>Суп крестьянский с мясом со сметаной</i>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-11
	<i>картофель свежий белокочанный, картофель, мясо говядины, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, сметана 15%, масло растительное, укроп свежий</i>	
268	<i>Запеканка картофельная с мясом</i>	Калорийность-429, Белки-30, Жиры-15, Углеводы-44
	<i>картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, масло растительное, сырки сливочные</i>	
50	<i>Нера кабачковая</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
200	<i>Каша из черники</i>	Калорийность-64, Белки-1, Углеводы-14
	<i>черника, сахар</i>	
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
	Итого за Обед	Калорийность-932, Белки-45, Жиры-23, Углеводы-136
Полдник		
65	<i>Ватрушка со сметаной</i>	Калорийность-219, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-30
	<i>мука пшеничная в/с, сметана 15%, яйцо диетическое, сахар, масло растительное, дрожжи сухие</i>	
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-16
	Итого за Полдник	Калорийность-295, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-46
Ужин		
130	<i>Пароварка из рыбы</i>	Калорийность-340, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-11
	<i>горбуша замороженная без кожи, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная в/с</i>	
150	<i>Рис с овощами</i>	Калорийность-202, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-40
	<i>крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло сливочное 72,5%, масло растительное</i>	
200	<i>Чай с молоком</i>	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
	<i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай листовый</i>	
50	<i>Огурец свежий</i>	Калорийность-7, Углеводы-1
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
	Итого за Ужин	Калорийность-779, Белки-38, Жиры-28, Углеводы-94
Второй ужин		
180	<i>Сметан</i>	
	Итого за Второй ужин	
	Итого за день	Калорийность-2597, Белки-116, Жиры-80, Углеводы-353



Директор _____

Бухгалтер _____

Освадьнова
Ирина
Анатольевна

Заведующий
столовой _____

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Какао с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
105	<i>Омлет натуральный</i> айра, диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-140, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-2
125	<i>Йогурт (биоайгурт) питьевой (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		
		Калорийность-560, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-67
Второй завтрак		
180	<i>Груша свежая</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Итого за Второй завтрак		
		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Обед		
300	<i>Суп крестьянский с мясом со сметаной</i> мякоти свеклы бланшированной, картофеля, мяса говядины, моркови, лук репчатый, крупа рисовая, сметана 15%, масло растительное, укроп свежий	Калорийность-122, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-12
268	<i>Запеканка картофельная с мясом</i> картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, масло растительное, сметана пастеризованная	Калорийность-429, Белки-30, Жиры-15, Углеводы-44
75	<i>Икра кабачковая</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Компот из черешкови</i> черешкови, сахар	Калорийность-64, Белки-1, Углеводы-14
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
50	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
Итого за Обед		
		Калорийность-1151, Белки-52, Жиры-26, Углеводы-177
Полдник		
65	<i>Вагрушка со сметаной</i> мясо пшеничное в/с, сметана 15%, айра диетическое, сахар, масло растительное, дрожжи сухие	Калорийность-219, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-30
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		
		Калорийность-295, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-48
Ужин		
130	<i>Полдница из рыбы</i> горбуша потрошенная без головы, лук репчатый, масло растительное, мякоти пшеничная в/с	Калорийность-340, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-11
150	<i>Рис с овощами</i> крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло сливочное 72,5%, масло растительное	Калорийность-202, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-40
200	<i>Чай с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай в пакетиках	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
75	<i>Огурец свежий</i>	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Ужин		
		Калорийность-783, Белки-39, Жиры-28, Углеводы-95
Второй ужин		
200	<i>Сметана</i>	
Итого за Второй ужин		
		Калорийность-2874, Белки-126, Жиры-84, Углеводы-406

Директор



Бухгалтер

[Handwritten signature]

Отставнова
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

[Handwritten signature]

Казюкова
Светлана
Владимировна

Меню (З. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
55	<i>Битон</i>	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Какао с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
105	<i>Сметану натуральную</i> йогурт диетический, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-140, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-2
125	<i>Йогурт (биоЙогурт) сметаной (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-506, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-56
Второй завтрак		
180	<i>Груша свежая</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Обед		
255	<i>Суп крестьянский с мясом со сметаной</i> картофель, лук репчатый, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, сметана 15%, масло растительное, укроп свежий	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-11
268	<i>Запеканка картофельная с мясом</i> картофель, мясо говядина, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, масло растительное, сметана пастеризованная	Калорийность-429, Белки-30, Жиры-15, Углеводы-44
50	<i>Икра кабачковая</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
200	<i>Каша из черной смородины</i> чернослив, сахар	Калорийность-64, Белки-1, Углеводы-14
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-932, Белки-45, Жиры-23, Углеводы-136
Полдник		
65	<i>Ватрушка со сметаной</i> мука пшеничная в/с, сметана 15%, йогурт диетический, сахар, масло растительное, дрожжи сухие	Калорийность-219, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-30
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-295, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-48
Итого за день		Калорийность-1 818, Белки-78, Жиры-52, Углеводы-259

Директор



Бухгалтер

Отставная
Ирина
АмальевнаЗаведующий
столовой

Катянова
Светлана
Владимировна

Меню (4. Обучившиеся 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	<i>Вафли</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Какао с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-9
105	<i>Сметан натуральный</i> яйцо диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-140, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-2
125	<i>Восгур (биологический) итальянский (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-560, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-67
Второй завтрак		
180	<i>Груша свежая</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Обед		
300	<i>Суп крестьянский с мясом со сметаной</i> колбаса свиная белоченская, картофель, мясо говядина, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, сметана 15%, масло растительное, укроп свежий	Калорийность-122, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-12
268	<i>Запеканка картофельная с мясом</i> картофель, мясо говядина, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, масло растительное, сахар сахарозаменитель	Калорийность-429, Белки-30, Жиры-15, Углеводы-44
75	<i>Икра кабачковая</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Компот из черешен</i> ягоды свежие, сахар	Калорийность-64, Белки-1, Углеводы-14
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
50	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
Итого за Обед		Калорийность-1151, Белки-52, Жиры-26, Углеводы-177
Полдник		
65	<i>Ватрушка со сметаной</i> мука пшеничная выс, сметана 15%, яйцо диетическое, сахар, масло растительное, дрожжи сухие	Калорийность-219, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-30
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-295, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-48
Итого за день		Калорийность-2091, Белки-67, Жиры-56, Углеводы-311

Директор



бухгалтер

[Signature]

Отставнов
Прима
Анастасьяна

Заведующий
столовой

[Signature]

Казикова
Светлана
Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Полное название блюда	эн. ден. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	<i>Битон</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогатленный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	<i>Сыр творожный</i>	Калорийность-4
5	<i>Масло сливочное маргарин</i>	Калорийность-2
205	<i>Каши молочная с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупы молочные, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-59, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5
Итого за Завтрак		Калорийность-348, Белки-13, Жиры-6, Углеводы-54
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
75	<i>Салат из моркови с курятиной</i> <i>морковь, курица, сахар</i>	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8
250	<i>Суп картофельный с макаронными изделиями</i> <i>картофель, макаронные изделия категории а, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14
110	<i>Супчик из курицы</i> <i>тушка цыпленка-бройлера охлажденная, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%, лук репчатый в/с</i>	Калорийность-215, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-4
150	<i>Картофель и овощи тушеные с соусом</i> <i>картофель, масло сливочное 72,5%, морковь, лук репчатый, томат-паста, укроп свежий в/с, сахар</i>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24
200	<i>Каша из яблоч</i> <i>яблочки, сахар</i>	Калорийность-19, Углеводы-4
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-661, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-94
Полдник		
200	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
173	<i>Супчик творожный</i> <i>творог 9%, молоко пастеризованное 3,2%, сметана 15%, молоко ступенное, сахар, укроп свежий в/с, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-352, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-22
Итого за Полдник		Калорийность-468, Белки-31, Жиры-24, Углеводы-31
Ужин		
53	<i>Бифитекс рубленый</i> <i>мясо говядины, молоко пастеризованное 3,2%, масло растительное</i>	Калорийность-143, Белки-14, Жиры-10
130	<i>Макаронные изделия с сыром</i> <i>макаронные изделия категории а, сыр плавленый 45%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-7, Жиры-1
200	<i>Чай с лимоном</i> <i>сахар, лимон, чай зеленый</i>	Калорийность-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
50	<i>Салат из морской капусты</i>	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4
Итого за Ужин		Калорийность-414, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-44
Второй ужин		
180	<i>Йогурт (биоактур) натуральный (в ассортименте)</i>	Калорийность-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за Второй ужин		Калорийность-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за день		Калорийность-2 089, Белки-104, Жиры-76, Углеводы-247



Бухгалтер

[Handwritten signature]

Отставной
Прима
Антонина

Заведующий
столовой

[Handwritten signature]

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), Белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогащенный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
15	<i>Сыр пармезано</i>	Калорийность-6
10	<i>Масло сливочное маргаринно</i>	Калорийность-3
205	<i>Каша ячневая молочная с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа ячневая, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-59, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5
Итого за Завтрак		Калорийность-431, Белки-15, Жиры-9, Углеводы-70
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
100	<i>Салат из моркови с куркумой</i> <i>морковь, куркума, сахар</i>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11
300	<i>Суп картофельный с макаронными изделиями</i> <i>картофель, макаронные изделия категории А, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
110	<i>Суджук из курятины</i> <i>тушка цыпленка-бройлера охлажденная, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-215, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-4
195	<i>Картофель и овощи тушеные с соусом</i> <i>картофель, масло сливочное 72,5%, морковь, лук репчатый, томат-паста, мука пшеничная в/с, сахар</i>	Калорийность-156, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-32
200	<i>Каша из ячменя</i> <i>ячмень, сахар</i>	Калорийность-19, Углеводы-4
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
50	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
Итого за Обед		Калорийность-857, Белки-35, Жиры-20, Углеводы-134
Полдник		
200	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
173	<i>Суджук телячий</i> <i>тушка 9%, молоко пастеризованное 3,2%, сметана 15%, молоко сухозв. обезжиренное, сахар, мука пшеничная в/с, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-352, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-22
Итого за Полдник		Калорийность-468, Белки-31, Жиры-24, Углеводы-31
Ужин		
70	<i>Бифштекс рубленный</i> <i>ябло говядина, молоко пастеризованное 3,2%, масло растительное</i>	Калорийность-189, Белки-19, Жиры-13
195	<i>Макаронные изделия с сыром</i> <i>макаронные изделия категории А, сыр голландский 45%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-11, Жиры-1
200	<i>Чай с лимоном</i> <i>сахар, лимон, чай зеленый</i>	Калорийность-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
75	<i>Салат из морской капусты</i>	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-5
Итого за Ужин		Калорийность-495, Белки-26, Жиры-24, Углеводы-45
Второй ужин		
200	<i>Ягоды (замороженные) смешанной (и ассорти먼트)</i>	Калорийность-126, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7
Итого за Второй ужин		Калорийность-126, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7
Итого за день		Калорийность-2462, Белки-118, Жиры-84, Углеводы-305



бухгалтер

[Handwritten signature]

Отставная
Ирина
Антонельна

Заместитель
столовой

[Handwritten signature]

Классная
Светлана
Владимировна

Меню (З. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	Батон	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обезжиренный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	Сыр твердый	Калорийность-4
5	Масло сливочное натуральное	Калорийность-2
205	Каша овсяная ячменная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа ячменная, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-59, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5
Итого за Завтрак		Калорийность-348, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-54
Второй завтрак		
180	Яблоко свежее	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
75	Салат из моркови с куркумой морковь, куркума, сахар	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8
250	Суп картофельный с макаронными изделиями картофель, макаронные изделия категории А, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14
110	Супчик из курицы тушка цыпленка-бройлера охлажденная, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-215, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-4
150	Картофель и овощи тушеные с соусом картофель, масло сливочное 72,5%, морковь, лук репчатый, томат-паста, мука пшеничная в/с, сахар	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24
200	Компот из яблок яблоки, сахар	Калорийность-19, Углеводы-4
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-661, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-94
Полдник		
200	Молоко кипяченое	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
173	Супчик творожный творог 9%, молоко пастеризованное 3,2%, сметана 15%, молоко ступорное, сахар, мука пшеничная в/с, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%	Калорийность-352, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-22
Итого за Полдник		Калорийность-468, Белки-31, Жиры-24, Углеводы-31
Итого за день		Калорийность-1 562, Белки-74, Жиры-52, Углеводы-197

Директор



Бухгалтер

[Handwritten signature]

Отставнова
Ирина
Анатольевна

Заведующий
столовой

[Handwritten signature]

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (4. Обучающиеся 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	Батон	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
30	Хлеб ржаной	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогатительный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
15	Сыр пармезано	Калорийность-6
10	Масло сливочное пармезано	Калорийность-3
205	Каши ячневая молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа ячневая, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-59, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5
Итого за Завтрак		Калорийность-431, Белки-15, Жиры-9, Углеводы-70
Второй завтрак		
180	Яблоко свежее	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
100	Салат из моркови с курятиной морковь, курятина, сахар	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11
300	Суп картофельный с макаронными изделиями картофель, макаронные изделия клецки и макарон, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
110	Супчик из курицы тушка курицы-бройлера охлажденная, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-215, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-4
195	Картофель и овощи тушеные с соусом картофель, масло сливочное 72,5%, морковь, лук репчатый, томат-паста, мука пшеничная в/с, сахар	Калорийность-156, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-32
200	Компот из яблок яблоки, сахар	Калорийность-19, Углеводы-4
75	Хлеб пшеничный	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
50	Хлеб ржаной	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
Итого за Обед		Калорийность-857, Белки-35, Жиры-20, Углеводы-134
Полдник		
200	Молочко ванильное	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
173	Супчик творожный творог 9%, молоко пастеризованное 3,2%, сметана 15%, молоко стeurинное, сахар, мука пшеничная в/с, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%	Калорийность-352, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-22
Итого за Полдник		Калорийность-468, Белки-31, Жиры-24, Углеводы-31
Итого за день		Калорийность-1841, Белки-82, Жиры-54, Углеводы-253

Директор



Бухгалтер

Осташкина
Ирина
Анатольевна

Заведующий
столовой

Казлова
Светлана
Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	л. при. (жир), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	<i>Батон</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Какао с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
120	<i>Омлет с сыром</i> <i>яйцо диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, сыр голландский 45%, масло сливочное 72,5%</i>	
125	<i>Воздуш (бюшотур) пышный (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		
		Калорийность-353, Белки-15, Жиры-9, Углеводы-52
Второй завтрак		
180	<i>Апельсин свежий</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй завтрак		
		Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Обед		
80	<i>Салат овощной</i> <i>картофель, лук порей, зеленая консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, лук репчатый, укроп свежий</i>	Калорийность-147, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-8
255	<i>Рассольник домашний со сметаной</i> <i>картофель, капуста свежая белокочанная, огурцы консервированные, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий</i>	Калорийность-91, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15
225	<i>Плов из говядины</i> <i>мясо говядины, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста</i>	Калорийность-349, Белки-28, Жиры-8, Углеводы-40
200	<i>Компот из сухофруктов</i> <i>сахар, смесь сушен. фруктов</i>	
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		
		Калорийность-788, Белки-37, Жиры-24, Углеводы-103
Полдник		
75	<i>Пирожок с яблоками</i> <i>мука пшеничная выс. клас., яблоки, сахар, яйцо диетическое, масло растительное, дрожжи сухие</i>	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-30
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		
		Калорийность-231, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-48
Ужин		
225	<i>Жаркое по-домашнему</i> <i>картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста</i>	Калорийность-268, Белки-27, Жиры-8, Углеводы-21
200	<i>Чай с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай вестал</i>	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
50	<i>Начо овощных</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Ужин		
		Калорийность-632, Белки-38, Жиры-13, Углеводы-90
Второй ужин		
180	<i>Вареники</i>	
Итого за Второй ужин		
		Калорийность-2 081, Белки-97, Жиры-48, Углеводы-308

Директор



Бухгалтер

Отставнова
Ирина
АнтоньевнаЗаведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Какао с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
120	<i>Омлет с сыром</i> яйцо диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, сыр голландский 45%, масло сливочное 72,5%	
125	<i>Полугри (бифайер) мясной (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-420, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-65
Второй завтрак		
180	<i>Апельсин свежий</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй завтрак		Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Обед		
100	<i>Салат овощной</i> картофель, горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, лук репчатый, укроп свежий	Калорийность-184, Белки-2, Жиры-15, Углеводы-10
300	<i>Рассольник домашний со сметаной</i> картофель, капуста свежая белокочанная, огурцы консервированные, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18
225	<i>Цицки из говядины</i> мясо говядины, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста	Калорийность-349, Белки-20, Жиры-0, Углеводы-40
200	<i>Компот из сухофруктов</i> сахар, смесь сушен. фруктов	
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-641, Белки-39, Жиры-27, Углеводы-108
Полдник		
75	<i>Пирожок с яблоками</i> мука пшеничная выс. класки, сахар, яйцо диетическое, масло растительное, дрожжи сухие	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-30
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-231, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-48
Ужин		
225	<i>Жаркое по-домашнему</i> картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста	Калорийность-268, Белки-27, Жиры-8, Углеводы-21
200	<i>Чай с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай зеленый	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
50	<i>Нера кабачковая</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Ужин		Калорийность-632, Белки-38, Жиры-13, Углеводы-90
Второй ужин		
200	<i>Резанка</i>	
Итого за Второй ужин		
Итого за день		Калорийность-2 201, Белки-101, Жиры-52, Углеводы-326

Директор



Бухгалтер

Отставнова
Ирина
АлександровнаЗаведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (3. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	<i>Батон</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Какао с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
120	<i>Омлет с сыром</i> <i>яйцо диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, сыр голландский 45%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
125	<i>Йогурт (биокефир) натуральный (в ассортименте)</i>	Калорийность-353, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-52
Итого за Завтрак		
Второй завтрак		
180	<i>Лепешки сникерс</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй завтрак		
Обед		
80	<i>Салат овощной</i> <i>картофель, горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, лук репчатый, укроп свежий</i>	Калорийность-147, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-8
255	<i>Рисовый суповой со сметаной</i> <i>картофель, капуста свежая белокочанная, огурцы консервированные, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий</i>	Калорийность-91, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15
225	<i>Плов из говядины</i> <i>мясо говядины, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста</i>	Калорийность-349, Белки-28, Жиры-8, Углеводы-40
200	<i>Компот из сушеных фруктов</i> <i>сахар, смесь сушеных фруктов</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		
Полдник		
75	<i>Пирожки с яблоками</i> <i>мука пшеничная выс. кл., яблоки, сахар, яйцо диетическое, масло растительное, дрожжи сухие</i>	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-30
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		
Итого за день		

Директор



Бухгалтер

[Handwritten signature]
Отстапова
Ирина
Анатольевна

Заместитель
столовой

[Handwritten signature]
Казанца
Светлана
Владимировна

Меню (4. Обучающиеся 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
300	<i>Каша с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, ванилин</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
120	<i>Сметана с сыром</i> <i>сыр диетический, молоко пастеризованное 3,2%, сыр плавленый 45%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
125	<i>Йогурт (биокефир) питьевой (в асортименте)</i>	Калорийность-420, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-65
Итого за Завтрак		
Второй завтрак		
180	<i>Лепешки сметаной</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй завтрак		
Обед		
100	<i>Салат овощной</i> <i>картофель, горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, лук репчатый, укроп свежий</i>	Калорийность-184, Белки-2, Жиры-15, Углеводы-10
300	<i>Рассольник домашний со сметаной</i> <i>картофель, капуста свежая белокочанная, огурцы консервированные, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий</i>	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-18
225	<i>Плов из говядины</i> <i>мясо говядины, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста</i>	Калорийность-349, Белки-28, Жиры-8, Углеводы-40
200	<i>Компот из сухофруктов</i> <i>сахар, смесь сухих фруктов</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		
Полдник		
75	<i>Пирожок с яблоком</i> <i>мука пшеничная выс. обжарки, сахар, яйца диетические, масло растительное, дрожжи сухие</i>	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-30
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		
Итого за день		

Директор



Бухгалтер

Отставнова
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), Белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	Батон	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обезжиренный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	Масло сливочное порционное	Калорийность-2
10	Сыр порционный	Калорийность-4
205	Каши кашенная молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеница, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-228, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-38
Итого за Завтрак		
		Калорийность-517, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-87
Второй завтрак		
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		
		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
80	Салат из квашеной капусты "Русский" капуста квашеная, картофель, лук репчатый, масло растительное, сахар	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-4
255	Борщ со сметаной свекла, капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, сахар, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, томат-паста, укроп свежий	
75	Шницель рубленный	Калорийность-211, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-8
150	Пюре картофельное картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-114, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22
200	Кисель "Витамин"	Калорийность-72, Углеводы-18
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		
		Калорийность-695, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-92
Полдник		
60	Печенье	Калорийность-143, Белки-5, Углеводы-29
180	Яблоко свежее	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		
		Калорийность-228, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-47
Итого за день		
		Калорийность-1 516, Белки-53, Жиры-34, Углеводы-244

Директор



Бухгалтер

Отставная
Ирина
АнатолевнаЗаведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обезжиренный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	<i>Масло сливочное пармезано</i>	Калорийность-3
15	<i>Сыр пармезано</i>	Калорийность-6
205	<i>Каши пшеничная молочная с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеница, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-228, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-38
Итого за Завтрак		Калорийность-600, Белки-20, Жиры-11, Углеводы-103
Второй завтрак		
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
100	<i>Салат из вареной капусты "Русский"</i> <i>капуста квашеная, картофель, лук зеленый, масло растительное, сахар</i>	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-5
306	<i>Борщ со сметаной</i> <i>свекла, капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, сахар, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, томат-паста, укроп свежий</i>	
75	<i>Шницель рубленый</i> <i>мясо говядины, яйца куриные, масло растительное, яйцо, растительное</i>	Калорийность-211, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-8
200	<i>Пюре картофельное</i> <i>картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-29
200	<i>Кисель "Ванильный"</i>	Калорийность-72, Углеводы-18
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
Итого за Обед		Калорийность-958, Белки-36, Жиры-28, Углеводы-140
Полдник		
60	<i>Печенье</i>	Калорийность-143, Белки-5, Углеводы-29
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-228, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-47
Итого за день		Калорийность-1862, Белки-63, Жиры-40, Углеводы-308

Директор



Бухгалтер

[Signature]
Огэтанна
Ирина
Антоновна

Заведующий столовой

[Signature]
Казанова
Светлана
Владимировна

Возраст (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	Батон	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
	молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обезжиренный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	Масло сливочное топленое	Калорийность-2
10	Сыр творожный	Калорийность-4
205	Каша овсяная молочная с маслом	Калорийность-228, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-38
	молоко пастеризованное 3,2%, крупа овсяная, сахар, масло сливочное 72,5%	
Итого за Завтрак		Калорийность-517, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-87
Второй завтрак		
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
80	Салат из квашеной капусты "Русский"	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-4
	капуста квашеная, картофель, лук репчатый, масло растительное, сахар	
255	Борщ со сметаной	Калорийность-211, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-8
	свекла, капуста свежая безжировая, картофель, морковь, лук репчатый, сахар, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, томат-паста, укроп свежий	
75	Калорийность-114, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22	
		лоско говядины, сушеный картофельный, масло растительное, абрикотинный
150	Пюре картофельное	Калорийность-72, Углеводы-18
	картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	
200	Кисель "Витамин"	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
25	Хлеб ржаной	Калорийность-695, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-92
Итого за Обед		Калорийность-695, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-92
Полдник		
60	Печенье	Калорийность-143, Белки-5, Углеводы-29
180	Нѳкоко сгущеное	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-228, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-47
Итого за день		Калорийность-1 516, Белки-53, Жиры-34, Углеводы-244

Директор  Михаил Владимирович



Бухгалтер



Отставная Ирина Анатольевна

Заведующий столовой

 Казина Светлана Владимировна

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	Батон	
30	Хлеб ржаной	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
	молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обезжиренный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	Масло сливочное топленое	
15	Сыр порезанно	Калорийность-3
205	Чаша молочная молочная с маслом	Калорийность-6
	молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшениц, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-228, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-38
Итого за Завтрак		Калорийность-600, Белки-20, Жиры-11, Углеводы-103
Второй завтрак		
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
100	Салат из мясной колбасы "Русской"	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-5
	колбаса варенная, картофель, лук зеленый, масло растительное, сахар	
306	Борщ со сметаной	
	свиная колбаса варенная, картофель, морковь, лук репчатый, сметана, масло сливочное 72,5%, сметана 15%	
75	Шницель рубчатый	Калорийность-211, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-8
	мясо говядины, сыр твердый, масло растительное, яйца диетические	
200	Пюре картофельное	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-29
	картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	
200	Кисель "Витамин"	Калорийность-72, Углеводы-18
75	Хлеб пшеничный	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	Хлеб ржаной	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
Итого за Обед		Калорийность-958, Белки-36, Жиры-28, Углеводы-140
Полдник		
60	Печенье	Калорийность-143, Белки-5, Углеводы-29
180	Яблочный сок	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-228, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-47
Итого за день		Калорийность-1 862, Белки-63, Жиры-40, Углеводы-308



Бухгалтер

[Signature]
Отставнова
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

[Signature]
Космина
Светлана
Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	Ватоп	
25	Хлеб ржаной	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
200	Какао с молоком	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
	молоко пастеризованное 3,2%, сахар, ванилин	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
140	Омлет с картофелем	Калорийность-188, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-10
	яйцо диетическое, картофель, молоко пастеризованное 3,2%	
125	Вареное (бифштекс) свиное (в соусе)	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
	масло сливочное 72,5%	Калорийность-541, Белки-27, Жиры-20, Углеводы-62
Итого за Завтрак		
Второй завтрак		
180	Груши свежие	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Итого за Второй завтрак		
Обед		
80	Винегрет овощной	Калорийность-102, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-6
	картофель, свекла, капуста квашеная, огурцы консервированные, лук репчатый, морковь, масло растительное, укроп свежий	
255	Щи из свежей капусты со сметаной	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-9
	капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий	
53	Бифштекс рубленый	Калорийность-143, Белки-14, Жиры-10
	мясо говядины, молоко пастеризованное 3,2%, масло растительное	
150	Омлет в молочном соусе	Калорийность-76, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-13
	морковь, капуста свежая белокочанная, картофель, молоко пастеризованное 3,2%, сливочное масло консервированное, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, сахар	
200	Компот из кураги	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
	курага, сахар	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		
Полдник		
75	Ватрушки с повидлом	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48
	мука пшеничная в/с, повидло фруктовое, сахар, масло растительное, яйцо диетическое, дрожжи сухие	
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		
Ужин		
350	Рыба запеченная по-русски	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-31
	картофель, горбуша потрошеная без головы, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, сыр голландский 45%	
200	Чай с молоком	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
	молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай листовый	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
100	Мороженое ванильное	Калорийность-90, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17
	ванилин, крем из масла, масло сливочное 72,5%, сахар, сахар консервированный, сметана 15%	
Итого за Ужин		
Второй ужин		
180	Сметана	Калорийность-475, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-90
Итого за Второй ужин		
Итого за день		
Калорийность-2 036, Белки-74, Жиры-53, Углеводы-315		

Директор



Бухгалтер

[Signature]

Орстанкова
Ирина
Антоньевна

Заведующий
столовой

[Signature]

Козлова
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Какао с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
140	<i>Омлет с картофелем</i> яйцо диетическое, картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-188, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-10
125	<i>Йогурт (биоайогурт) питьевой (в асортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-608, Белки-29, Жиры-21, Углеводы-75
Второй завтрак		
180	<i>Пудинг свежий</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Обед		
100	<i>Винегрет овощной</i> картофель, свекла, капуста квашеная, огурцы консервированные, лук репчатый, морковь, масло растительное, укроп свежий	Калорийность-128, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7
306	<i>Пицц из свежей капусты со сметаной</i> капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11
70	<i>Бифитекс рубленный</i> мясо говядины, молоко пастеризованное 3,2%, масло растительное	Калорийность-189, Белки-19, Жиры-13
200	<i>Овощи в молочном соусе</i> морковь, капуста свежая белокочанная, картофель, молоко пастеризованное 3,2%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, сахар	Калорийность-102, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-18
200	<i>Котлет из курицы</i> курица, сахар	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
Итого за Обед		Калорийность-942, Белки-39, Жиры-31, Углеводы-126
Полдник		
75	<i>Ватрушка с изюмом</i> мука пшеничная в/с, повидло фруктовое, сахар, масло растительное, яйцо диетическое, дрожжи сухие	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-304, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-66
Ужин		
350	<i>Рыба запеченная по-русски</i> картофель, горошек консервированный без геля, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, сыр голландский 45%	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-31
200	<i>Чай с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай листовый	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
100	<i>Морковная запеканка</i> морковь, крупа манная, масло сливочное 72,5%, сахар, сметана пастеризованная, сметана 15%	Калорийность-90, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17
Итого за Ужин		Калорийность-475, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-90
Второй ужин		
200	<i>Сливки</i>	
Итого за Второй ужин		
Итого за день		Калорийность-2 414, Белки-80, Жиры-62, Углеводы-376

Директор



Бухгалтер

[Handwritten signature]

Отставнова
Ирина
Анатольевна

Заведующий
столовой

[Handwritten signature]

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (3. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	<i>Батон</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Какао с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
140	<i>Омлет с картофелем</i> яйцо диетическое, картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-188, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-10
125	<i>Пончик (бифшопс) пышечкой (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-541, Белки-27, Жиры-20, Углеводы-62
Второй завтрак		
180	<i>Груша свежая</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Обед		
80	<i>Винегрет овощной</i> картофель, свекла, капуста квашеная, огурцы консервированные, лук репчатый, морковь, масло растительное, укроп свежий	Калорийность-102, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-6
255	<i>Шницель из свежей капусты со сметаной</i> капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-9
53	<i>Бифшопс рубленый</i> мясо говядины, молоко пастеризованное 3,2%, масло растительное	Калорийность-143, Белки-14, Жиры-10
150	<i>Омлет в молочном соусе</i> морковь, капуста свежая белокочанная, картофель, молоко пастеризованное 3,2%, гарнир овощной консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, сахар	Калорийность-76, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Каша из кураги</i> курага, сахар	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-631, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-78
Полдник		
75	<i>Ватрушка с творогом</i> мука пшеничная в/с, яйцо диетическое, сахар, масло растительное, яйцо диетическое, дрожжи сухие	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48
200	<i>Салат фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-304, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-66
Итого за день		Калорийность-1 561, Белки-60, Жиры-46, Углеводы-225

Директор

Михаил
Александрович

Бухгалтер

Отстанкина
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

Каткова
Светлана
Владимировна



Меню (4. Обучающиеся 12 лет и старше)

Валют (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
200	<i>Какао с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
140	<i>Омлет с картофелем</i> <i>яйцо диетическое, картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-188, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-10
125	<i>Йогурт (биоЙогурт) апельсиновый (в асортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-608, Белки-29, Жиры-21, Углеводы-75
Второй завтрак		
180	<i>Груша свежая</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Обед		
100	<i>Винегрет овощной</i> <i>картофель, свекла, капуста квашеная, огурцы консервированные, лук репчатый, морковь, масло растительное, укроп свежий</i>	Калорийность-128, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7
306	<i>Щи из свежей капусты со сметаной</i> <i>капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11
70	<i>Вареники рубленый</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, масло растительное</i>	Калорийность-189, Белки-19, Жиры-13
200	<i>Салат в молочном соусе</i> <i>морковь, капуста свежая белокочанная, картофеля, молоко пастеризованное 3,2%, лук репчатый свежий консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, сахар</i>	Калорийность-102, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-18
200	<i>Компот из кураги</i> <i>курага, сахар</i>	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
Итого за Обед		Калорийность-942, Белки-39, Жиры-31, Углеводы-126
Полдник		
75	<i>Ватрушка с повидлом</i> <i>мука пшеничная в/с, повидло фруктовое, сахар, масло растительное, яйцо диетическое, дрожжи сухие</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-304, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-66
Итого за день		Калорийность-1 939, Белки-74, Жиры-55, Углеводы-206

Директор



Бухгалтер

[Handwritten signature]

Отставкова
Ирина
Антоньевна

Заведующий
столовой

[Handwritten signature]

Кажкина
Светлана
Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
55	<i>Батон</i>	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогатренный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	<i>Масло сливочное покрывало</i>	Калорийность-2
10	<i>Сыр покрывало</i>	Калорийность-4
205	<i>Каша манная молочная с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа манная, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-207, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-36
Итого за Завтрак		Калорийность-509, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-87
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
80	<i>Салат из свежих огурцов</i> <i>огурцы свежие, масло растительное, укроп свежий</i>	Калорийность-82, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-2
250	<i>Суп картофельный с горошком и капустой</i> <i>картофель, горошек консервированный без соли, морковь, лук репчатый, крупа геркулес, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	
263	<i>Рагу из картофеля</i> <i>картофель, грибки шампиньоны-брюльеры ослыженные, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-343, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-27
200	<i>Компот из яблок</i> <i>яблоки, сахар</i>	Калорийность-19, Углеводы-4
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-645, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-73
Поздний		
200	<i>Кисель "Витамин"</i>	Калорийность-72, Углеводы-18
225	<i>Пудинг из творога с фруктовым соусом</i> <i>творог 9%, ванилин фруктовое, изюм, сахар, крупа манная, яйцо диетическое, мука пшеничная в/с, сметана 15%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-477, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-50
Итого за Поздний		Калорийность-549, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-68
Ужин		
150	<i>Печень по-строгановски</i> <i>печень куриная, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, томат-паста</i>	Калорийность-217, Белки-20, Жиры-10, Углеводы-11
130	<i>Макаронные изделия с сыром</i> <i>макаронные изделия категории а, сыр полужирный 45%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-7, Жиры-1
200	<i>Чай с лимоном</i> <i>сахар, лимон, чай безовой</i>	Калорийность-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	<i>Шницель из капусты</i> <i>капуста свежая белокочанная, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная, мука пшеничная в/с, яйцо диетическое</i>	Калорийность-69, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-12
Итого за Ужин		Калорийность-496, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-63
Второй ужин		
180	<i>Йогурт (биолактус) питьевой (в ассортименте)</i>	Калорийность-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за Второй ужин		Калорийность-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за день		Калорийность-2 397, Белки-116, Жиры-74, Углеводы-319

Директор



Бухгалтер

Отставнова
Ирина
Антальевна

Заведующий
столовой

Казань
Светлана
Владимировна

Меню (д. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	<i>Вагон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогаривший</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	<i>Масло сливочное натуральное</i>	Калорийность-3
15	<i>Сыр натурально</i>	Калорийность-6
205	<i>Каша манная молочная с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа манная, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-207, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-36
Итого за Завтрак		Калорийность-566, Белки-19, Жиры-10, Углеводы-98
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
100	<i>Салат из овощей огурцов</i> <i>огурцы свежие, масло растительное, укроп свежий</i>	Калорийность-103, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-2
250	<i>Суп картофельный с горошком и крутой</i> <i>картофель, горошек консервированный без головы, морковь, лук репчатый, крупа геркулес, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	
263	<i>Рис с курицей</i> <i>картофель, тушенка цыпленок-бройл порция охлажденная, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста, крупа пшеничная в/с</i>	Калорийность-343, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-27
200	<i>Компот из яблок</i> <i>яблоки, сахар</i>	Калорийность-19, Углеводы-4
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
Итого за Обед		Калорийность-867, Белки-35, Жиры-31, Углеводы-113
Полдник		
200	<i>Кисель "Витамин"</i>	Калорийность-72, Углеводы-18
225	<i>Цукаты из творога с фруктовым соусом</i> <i>творог 9%, повидло фруктовое, лимон, сахар, крупа манная, айра диетическое, мука пшеничная в/с, сметана 15%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-477, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-50
Итого за Полдник		Калорийность-549, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-68
Ужин		
150	<i>Печень по-строгановски</i> <i>печень куриная, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, томат-паста</i>	Калорийность-217, Белки-20, Жиры-10, Углеводы-11
195	<i>Макаронные изделия с сыром</i> <i>макаронные изделия категории д, сыр голландский 45%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-11, Жиры-1
200	<i>Чай с лимоном</i> <i>сахар, лимон, чай восточный</i>	Калорийность-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	<i>Шницель из курицы</i> <i>курица свежая безкостлявая, масло сливочное 72,5%, сыр голландский, мука пшеничная в/с, айра диетическое</i>	Калорийность-69, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-12
Итого за Ужин		Калорийность-500, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-63
Второй ужин		
200	<i>Йогурт (биокефир) натуральный (в ассортименте)</i>	Калорийность-126, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7
Итого за Второй ужин		Калорийность-126, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7
Итого за день		Калорийность-2 693, Белки-125, Жиры-79, Углеводы-367

Директор



Бухгалтер

[Signature]

Отставная
Ирина
Анатолевна

Заведующий
столовой

[Signature]

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (З. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
55	<i>Батон</i>	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обезжиренный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	<i>Масло сливочное маргаринно</i>	Калорийность-2
10	<i>Сыр тертый</i>	Калорийность-4
205	<i>Каша манная молочная с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа манная, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-207, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-36
Итого за Завтрак		Калорийность-509, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-87
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
80	<i>Салат из свежих огурцов</i> <i>огурцы свежие, масло растительное, укроп свежий</i>	Калорийность-82, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-2
250	<i>Суп картофельный с горошкой и крутой</i> <i>картофель, горошка консервированная без оболочки, морковь, лук репчатый, крупа геркулес, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	
263	<i>Рагу из капусты</i> <i>картофель, грибы шампиньоны-французские очищенные, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-343, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-27
200	<i>Компот из яблок</i> <i>яблоки, сахар</i>	Калорийность-19, Углеводы-4
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-645, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-73
Полдник		
200	<i>Кисель "Шиповник"</i>	Калорийность-72, Углеводы-18
225	<i>Пудинг из творога с фруктовым соусом</i> <i>творог 9%, йогурт фруктовый, лимон, сахар, крупа манная, яйцо диетическое, мука пшеничная в/с, сметана 15%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-477, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-50
Итого за Полдник		Калорийность-549, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-68
Итого за день		Калорийность-1 788, Белки-78, Жиры-54, Углеводы-246

Директор



Бухгалтер

[Handwritten signature]
Отставнова
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

[Handwritten signature]
Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (4. Обучающиеся 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогащенный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	<i>Масло сливочное порционное</i>	Калорийность-3
15	<i>Сыр порционный</i>	Калорийность-6
205	<i>Каша манная молочная с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа манная, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-207, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-36
Итого за Завтрак		Калорийность-566, Белки-19, Жиры-10, Углеводы-99
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
100	<i>Салат из свежих огурцов</i> <i>огурцы свежие, масло растительное, укроп свежий</i>	Калорийность-103, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-2
250	<i>Суп картофельный с горошкой и крутой</i> <i>картофель, горошка потрошенная без головы, морковь, лук репчатый, крупа геркулес, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	
263	<i>Рагу из овощей</i> <i>картофель, груша пшеница-бурый/орпезовый, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-343, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-27
200	<i>Компот из яблок</i> <i>яблоки, сахар</i>	Калорийность-19, Углеводы-4
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
Итого за Обед		Калорийность-867, Белки-35, Жиры-31, Углеводы-113
Полдник		
200	<i>Кисель "Витамин"</i>	Калорийность-72, Углеводы-18
225	<i>Пирог из творога с фруктовым соусом</i> <i>творог 9%, ягоды фруктовые, изюм, сахар, крупа манная, яйцо диетическое, мука пшеничная в/с, сметана 15%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-477, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-50
Итого за Полдник		Калорийность-549, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-68
Итого за день		Калорийность-2 067, Белки-86, Жиры-59, Углеводы-297



Бухгалтер

[Signature]

Отстапова
Ирина
Анатолевна

Заведующий
столовой

[Signature]

Казеева
Светлана
Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
55	<i>Ватоп</i>	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
200	<i>Какао с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
110	<i>Сметан натуральный</i> йогурт диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-146, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-2
125	<i>Йогурт (биолюгурт) ягодный (в асортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-512, Белки-26, Жиры-20, Углеводы-56
Второй завтрак		
180	<i>Апельсин свежий</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй завтрак		Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Обед		
80	<i>Салат из свежих с мясом "Детский"</i> свежая зелень, сахар, масло растительное	Калорийность-119, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-10
255	<i>Рассольник "Великоурядский" со сметаной</i> картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа перловая, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17
100	<i>Бефстроганов из говядины</i> мясо говядины, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-180, Белки-17, Жиры-11, Углеводы-3
150	<i>Котлет гречневая рассыпчатая</i> крупа гречневая, мясо свиное 72,5%	Калорийность-186, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-34
200	Калорийность-9, Углеводы-1	
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-792, Белки-34, Жиры-23, Углеводы-105
Полдник		
73	<i>Рассольник с рыбой</i> рыба пшеночная в/с, морковь консервированная без головы, йогурт диетическое, лук репчатый, масло растительное, сахар	Калорийность-155, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-28
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-231, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-46
Ужин		
100	<i>Курочка тушеная в соусе сметанном</i> грудка курицы-бройлера охлажденная, масло растительное, морковь, мука пшеничная в/с, томат-паста, лук репчатый, масло сливочное 72,5%	Калорийность-251, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-1
195	<i>Колбаса отварная</i> колбаса свиная безжировая, масло сливочное 72,5%	Калорийность-60, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-10
200	<i>Чай с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай зеленый	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
130	<i>Морковь с зеленым горошком в молочном соусе</i> морковь, молоко пастеризованное 3,2%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-57, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9
Итого за Ужин		Калорийность-598, Белки-32, Жиры-25, Углеводы-62
Второй ужин		
180	<i>Рисовый</i>	
Итого за Второй ужин		
Итого за день		Калорийность-2 210, Белки-100, Жиры-73, Углеводы-284

Директор



Букагалар

[Signature]

Османова
Ирина
Анатовна

Заведующий
столовой

[Signature]

Кажина
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), Белки (г), Углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Какао с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-9
110	<i>Омлет натуральный</i> <i>яйцо диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-148, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-2
125	<i>Йогурт (биокеурт) фруктовый (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-568, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-67
Второй завтрак		
180	<i>Апельсин свежий</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй завтрак		Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Обед		
100	<i>Салат из свеклы с изюмом "Детский"</i> <i>свекла, изюм, сахар, масло растительное</i>	Калорийность-149, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-13
306	<i>Рассольник "Ленинградский" со сметаной</i> <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа перловая, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%</i>	Калорийность-117, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20
150	<i>Бефстроганов из говядины</i> <i>мясо говядины, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-270, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-4
200	<i>Каша гречневая рассычатая</i> <i>крупа гречневая, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-249, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-46
200	<i>Панкек из картофеля</i> <i>картофель, сахар</i>	Калорийность-9, Углеводы-1
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
Итого за Обед		Калорийность-1196, Белки-51, Жиры-37, Углеводы-164
Полдник		
73	<i>Рассольник с рыбой</i> <i>мука пшеничная в/с, гербула натуральная без соли, яйцо диетическое, лук репчатый, масло растительное, сахар, дрожжи сухие</i>	Калорийность-155, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-28
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-231, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-46
Ужин		
100	<i>Курочка тушеная в соусе красном</i> <i>грудинка куриная-бройлера охлажденная, масло растительное, морковь, мука пшеничная в/с, томат-паста, лук репчатый, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-251, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-1
195	<i>Кнели отварная</i> <i>мякоть свеклы белокочанная, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-60, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-10
200	<i>Чай с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай несовой</i>	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы 2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
130	<i>Морковь с зеленым горошком в молочном соусе</i> <i>морковь, молоко пастеризованное 3,2%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-57, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9
Итого за Ужин		Калорийность-598, Белки-32, Жиры-25, Углеводы-62
Второй ужин		
200	<i>Резанка</i>	
Итого за Второй ужин		
Итого за день		Калорийность-2668, Белки-119, Жиры-86, Углеводы-354

Директор



Бухгалтер

[Signature]

Осложившая
Ирина
Антоньевна

Заведующий
столовой

[Signature]

Классная
Светлана
Владимировна

Меню (З. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
55	<i>Ватоп</i>	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
200	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
	<i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок</i>	
110	<i>Сметан сгущенный</i>	Калорийность-146, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-2
	<i>молоко сгущенное, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%</i>	
125	<i>Йогурт (биокефир) питьевой (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-512, Белки-26, Жиры-20, Углеводы-56
Второй завтрак		
180	<i>Апельсин свежий</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй завтрак		Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Обед		
80	<i>Салат из свеклы с изюмом "Детский"</i>	Калорийность-119, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-10
	<i>свекла, изюм, сахар, масло растительное</i>	
255	<i>Рассольник "Ленинградский" со сметаной</i>	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17
	<i>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа перловая, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%</i>	
180	<i>Бифстrogанон из говядины</i>	Калорийность-180, Белки-17, Жиры-11, Углеводы-3
	<i>мясо говядины, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с</i>	
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	Калорийность-186, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-34
	<i>крупа гречневая, масло сливочное 72,5%</i>	
200	<i>Напиток из лимонника</i>	Калорийность-9, Углеводы-1
	<i>лимонник, сахар</i>	
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-792, Белки-34, Жиры-25, Углеводы-105
Полдник		
73	<i>Рассольник с рыбой</i>	Калорийность-155, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-28
	<i>рыба шимозная в/с, картофель картофельный без кожуры, яйцо, растительное, лук репчатый, масло растительное, сахар, дрожжи сухие</i>	
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-231, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-46
Итого за день		Калорийность-1 612, Белки-68, Жиры-48, Углеводы-222

Директор



Бухгалтер

Отстапникова
Ирина
АлександровнаЗаведующий
столовой

Козлова
Светлана
Владимировна

Меню (4. Обучающиеся 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белок-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Какао с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
110	<i>Омлет натуральный яйцо диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-146, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-2
125	<i>Возури (биокегур) шпатель (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-566, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-67
Второй завтрак		
180	<i>Лавашки свежие</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй завтрак		Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Обед		
180	<i>Салат из свеклы с яблоком "Детский" свекла, яблок, сахар, масло растительное</i>	Калорийность-149, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-13
306	<i>Рассольник "Ленинградский" со сметаной картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа перловая, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%</i>	Калорийность-117, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20
150	<i>Бездрожжевая из говядины мясо говядины, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-270, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-4
200	<i>Каши гречневая рассыпчатая крупа гречневая, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-249, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-46
200	<i>Напиток из топленого молока, сахар</i>	Калорийность-9, Углеводы-1
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
Итого за Обед		Калорийность-1 196, Белки-51, Жиры-37, Углеводы-164
Полдник		
73	<i>Рассольник с рыбой мука пшеничная в/с, сельдь консервированная без головы, яйцо диетическое, лук репчатый, масло растительное, сахар, дрожжи сухие</i>	Калорийность-155, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-20
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-231, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-46
Итого за день		Калорийность-2 070, Белки-87, Жиры-61, Углеводы-292

Директор



Бухгалтер

[Handwritten signature]

Отставнова
Ирина
Анатовна

Заведующий
столовой

[Handwritten signature]

Казюкова
Светлана
Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
55	Вагаш	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогащенный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	Масло сливочное топленое	Калорийность-2
10	Сыр пармезано	Калорийность-4
205	Каша овсяная молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа овсяная, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-228, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-38
Итого за Завтрак		Калорийность-530, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-89
Второй завтрак		
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
255	Суп овсяный с ячменным геркулесом и сметаной картофель, капуста свежая белокочанная, морковь, лук репчатый, геркулес ячменный консервированный, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11
110	Калорийность-53, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4	
150	Пюре картофельное картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-114, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22
50	Помидор свежий пароварено	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2
200	Напиток "Апельсинка" апельсины, сахар	Калорийность-11, Углеводы-2
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-462, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-81
Полдник		
60	Печенье	Калорийность-143, Белки-5, Углеводы-29
180	Йогурт сметан	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-228, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-47
Итого за день		Калорийность-1 296, Белки-40, Жиры-19, Углеводы-235

Директор



Бухгалтер

[Signature]
Отставнова
Ирина
Анатовна

Заведующий
столовой

[Signature]
Кляшкова
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогащенный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	<i>Масло сливочное переработанное</i>	Калорийность-3
15	<i>Сыр переработанный</i>	Калорийность-6
205	<i>Каша пшеничная молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеница, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-228, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-38
Итого за Завтрак		Калорийность-587, Белки-20, Жиры-11, Углеводы-100
Второй завтрак		
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
306	<i>Суп овощной с зеленым горошком и сметаной картофель, капуста свежая белокачанная, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий</i>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14
110	<i>Суп-пюре рыбное (карповое) рыбный обезжиренный консервированный, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-53, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4
200	<i>Пюре картофельное картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-29
75	<i>Помидор свежий переработанный</i>	Калорийность-18, Белки-1, Углеводы-3
200	<i>Напиток "Апельсиновый" апельсины, сахар</i>	Калорийность-11, Углеводы-2
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
Итого за Обед		Калорийность-722, Белки-22, Жиры-11, Углеводы-132
Полдник		
60	<i>Печенье</i>	Калорийность-143, Белки-5, Углеводы-29
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-228, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-47
Итого за день		Калорийность-1 613, Белки-49, Жиры-23, Углеводы-297

Директор



Бухгалтер

[Signature]
Отставнова
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

[Signature]
Козлова
Светлана
Владимировна

Меню (З. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
55	Батон	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогащенный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	Масло сливочное порционное	Калорийность-2
10	Сыр порционный	Калорийность-4
205	Каша пшеница молотая с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеница, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-228, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-30
Итого за Завтрак		Калорийность-530, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-89
Второй завтрак		
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
255	Суп овощной с зеленым горошком и сметаной картофель, капуста свежая белокочанная, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, свекла свежая	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11
110	Калорийность-53, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4	
150	Пюре картофельное картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-114, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22
50	Помидор свежий порционный	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2
200	Напиток "Апельсиновый" апельсины, сахар	Калорийность-11, Углеводы-2
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-462, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-81
Полдник		
60	Печенье	Калорийность-143, Белки-5, Углеводы-29
180	Яблоко свежее	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-228, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-47
Итого за день		Калорийность-1 296, Белки-40, Жиры-19, Углеводы-235

Директор



Бухгалтер

Отставнова
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (4. Обучающиеся 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	<i>Каша</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогатренный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	<i>Масло сливочное пармарино</i>	Калорийность-3
15	<i>Сыр пармарино</i>	Калорийность-6
205	<i>Каша пшеница манная с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеница, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-228, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-38
Итого за Завтрак		Калорийность-587, Белки-20, Жиры-11, Углеводы-100
Второй завтрак		
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
306	<i>Суп овощной с зеленым горошком и сметаной</i> <i>картофель, капуста свежая белокачанная, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий</i>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14
110	Калорийность-53, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4	
200	<i>Пюре картофельное</i> <i>картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-29
75	<i>Новодар свежий пармарино</i>	Калорийность-18, Белки-1, Углеводы-3
200	<i>Напиток "Апельсин"</i> <i>яблочный, сахар</i>	Калорийность-11, Углеводы-2
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
Итого за Обед		Калорийность-722, Белки-22, Жиры-11, Углеводы-132
Поздний		
60	<i>Печенье</i>	Калорийность-143, Белки-5, Углеводы-29
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Поздний		Калорийность-228, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-47
Итого за день		Калорийность-1 613, Белки-49, Жиры-23, Углеводы-297

Директор



Бухгалтер

[Handwritten signature]

Отставной
Ирина
Лизилькина

Заведующий
столовой

[Handwritten signature]

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
55	Батон	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обжаренный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	Масло сливочное топленое	Калорийность-2
10	Сыр твердый	Калорийность-4
205	Каша гречневая молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа гречневая, крупа рисовая, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-221, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-38
Итого за Завтрак Калорийность-523, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-89		
Второй завтрак		
180	Яблоко свежее	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18		
Обед		
80	Салат витаминный морковь, лук, огурцы свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, укроп свежий	Калорийность-157, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-13
250	Суп картофельный с горошком картофель, крупа пшеница, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий	Калорийность-108, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-19
100	Гречка из говядины мясо говядины, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-135, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-5
150	Макаронные изделия отварные макаронные изделия категории 2, масло сливочное 72,5%	Калорийность-2
200	Напиток "Витамин"	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-12
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед Калорийность-663, Белки-33, Жиры-18, Углеводы-89		
Полдник		
200	Молоко кипяченое	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
170	Каша гречневая с сыром молочным пшеница 9%, яйцо диетическое, молоко стуженное, сахар, мука пшеничная в/с, крупа гречневая, масло сливочное 72,5%	Калорийность-350, Белки-28, Жиры-15, Углеводы-26
Итого за Полдник Калорийность-474, Белки-34, Жиры-21, Углеводы-35		
Ужин		
135	Рыба по-неаполитански горбуша потрошенная без головы, лук репчатый, мука пшеничная в/с, масло растительное	Калорийность-116, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13
180	Картофельное пюре заливное картофель, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, масло растительное	Калорийность-198, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-29
200	Чай с лимоном сахар, лимон, чай в пакетиках	Калорийность-2
105	Свежая тушенка со сметаной свежая, сметана 15%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Ужин Калорийность-605, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-91		
Второй ужин		
180	Йогурт (биоактивный) питьевой (в ассортименте)	Калорийность-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за Второй ужин Калорийность-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6		
Итого за день Калорийность-2 463, Белки-109, Жиры-75, Углеводы-328		

Директор



Бухгалтер

Ирина
Антоньевна

Отставная
Ирина
Антоньевна

Заведующий
столовой

Светлана
Владимировна

Катасова
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	ка. цен. (квал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
30	Хлеб ржаной	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
75	Батон	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обезжиренный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	Масло сливочное пармента	Калорийность-3
15	Сыр пармезано	Калорийность-6
205	Каши дружба молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа пшеница, крупа рисовая, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-221, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-38
Итого за Завтрак		Калорийность-593, Белки-19, Жиры-10, Углеводы-103
Второй завтрак		
180	Яблоко свежее	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
100	Салат витаминный морковь, яблоки, огурцы свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, укроп свежий	Калорийность-196, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-17
300	Суп картофельный с горохом картофель, крупа горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий	Калорийность-129, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-23
150	Гречка из говядины мясо говядины, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-203, Белки-25, Жиры-8, Углеводы-7
200	Макаронные изделия отварные макаронные изделия твердые и, масло сливочное 72,5%	Калорийность-2
200	Напиток "Витоник"	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-12
75	Хлеб пшеничный	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
50	Хлеб ржаной	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
Итого за Обед		Калорийность-925, Белки-47, Жиры-25, Углеводы-126
Полдник		
200	Молоко кипяченое	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
170	Колобки творожные с соусом молочным творог 9%, яйцо диетическое, молоко стерилизованное, сахар, мука пшеничная в/с, крупа манная, масло сливочное 72,5%	Калорийность-358, Белки-28, Жиры-15, Углеводы-26
Итого за Полдник		Калорийность-474, Белки-34, Жиры-21, Углеводы-35
Ужин		
135	Рыба по-летинградски карбонад порционный без костей, лук репчатый, мука пшеничная в/с, масло растительное	Калорийность-116, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13
180	Картофельное пюре заправленное картофель, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, масло растительное	Калорийность-198, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-29
200	Чай с лимоном сахар, лимон, чай зеленый	Калорийность-2
105	Салат греческий со сметаной свеколка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Ужин		Калорийность-605, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-91
Второй ужин		
200	Йогурт (биолайт) питьевой (в ассортименте)	Калорийность-126, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7
Итого за Второй ужин		Калорийность-126, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7
Итого за день		Калорийность-2 808, Белки-126, Жиры-83, Углеводы-399

Директор



Бухгалтер

[Signature]

Отставнина
Ирина
Андреевна

Заведующий
столовой

[Signature]

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (3. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
55	<i>Батон</i>	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко гомогенизованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогатренный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	<i>Масло сливочное натуральное</i>	Калорийность-2
10	<i>Сыр твердый</i>	Калорийность-4
205	<i>Каша дружба молочная с маслом</i> <i>молоко гомогенизованное 3,2%, крупы пшеница, крупы ржаные, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-221, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-38
Итого за Завтрак		Калорийность-523, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-89
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
80	<i>Салат витаминный</i> <i>морковь, яблоки, огурцы свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, укроп свежий</i>	Калорийность-157, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-13
250	<i>Суп картофельный с горохом</i> <i>картофель, крупа горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	Калорийность-108, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-19
100	<i>Гречка из говядины</i> <i>мясо говядины, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-135, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-5
150	<i>Макаронные изделия отварные</i> <i>макаронные изделия клетчатки и, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-2
200	<i>Напиток "Витамин"</i>	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-12
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-663, Белки-33, Жиры-18, Углеводы-89
Полдник		
200	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
170	<i>Кашабиот творожная с соусом молочным</i> <i>творог 9%, йогурт диетический, молоко стуженное, сахар, мука пшеничная в/с, крупы манка, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-358, Белки-28, Жиры-15, Углеводы-26
Итого за Полдник		Калорийность-474, Белки-34, Жиры-21, Углеводы-35
Итого за день		Калорийность-1745, Белки-85, Жиры-49, Углеводы-231

Директор



Бухгалтер

[Handwritten signature]

Отставнова
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

[Handwritten signature]

Каталина
Светлана
Владимировна

Меню (4. Обучающиеся 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамин А (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
30	Хлеб ржаной	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
75	Батон	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 1,2%, сахар, кофейный напиток обогатенный	Калорийность-80, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	Масло сливочное пармано	Калорийность-3
15	Сыр изюмный	Калорийность-6
205	Каша гречиха молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа гречиха, крупа рисовая, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-221, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-38
Итого за Завтрак		Калорийность-593, Белки-19, Жиры-10, Углеводы-103
Второй завтрак		
180	Яблоко сырое	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
100	Салат витаминный морковь, яблоки, огурцы свежие, капуста консервированная, масло растительное, укроп свежий	Калорийность-196, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-17
300	Суп картофельный с горохом картофель, крупа горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий	Калорийность-129, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-23
150	Гречка из говядины мясо говядины, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-203, Белки-25, Жиры-8, Углеводы-7
200	Макаронные изделия отварные макаронные изделия категории 2, масло сливочное 72,5%	Калорийность-2
200	Напиток "Витамин" [*]	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-12
75	Хлеб пшеничный	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
50	Хлеб ржаной	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
Итого за Обед		Калорийность-925, Белки-47, Жиры-25, Углеводы-126
Полдник		
200	Молоко кипяченое	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
170	Кашаблинная с соусом молочным пшено 2%, масло растительное, молоко ступенное, сахар, мука пшеничная в/с, крупа манная, масло сливочное 72,5%	Калорийность-358, Белки-28, Жиры-15, Углеводы-26
Итого за Полдник		Калорийность-474, Белки-34, Жиры-21, Углеводы-35
Итого за день		Калорийность-2 077, Белки-101, Жиры-57, Углеводы-262

Директор



Бухгалтер

Отставнова
Ирина
АндреевнаЗаведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	к. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
50	<i>Варен</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
200	<i>Какао с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
125	<i>Омлет с грибами</i>	Калорийность-150, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-3
	<i>яйцо диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, грибы свежие (белокочанная, масло сливочное 72,5%</i>	
125	<i>Варени (блюдварени) пышек (и ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		
		Калорийность-503, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-55
Второй завтрак		
180	<i>Греча с маслом</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Итого за Второй завтрак		
		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Обед		
263	<i>Суп крестьянский с мясом со сметаной</i> <i>капуста свежая белокочанная, картофель, мясо говядины, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, сметана 15%, масло растительное, укроп свежий</i>	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-11
268	<i>Запеканка картофельная с мясом</i> <i>картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, масло растительное, сметана пастеризованная</i>	Калорийность-429, Белки-30, Жиры-15, Углеводы-44
80	<i>Закуска овощная с чесноком</i> <i>морковь, лук репчатый, масло растительное, помидоры, чеснок, сахар, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-105, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-7
200	<i>Каша из черники</i> <i>черника, сахар</i>	Калорийность-64, Белки-1, Углеводы-14
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		
		Калорийность-906, Белки-42, Жиры-30, Углеводы-116
Полдник		
65	<i>Вареница со сметаной</i> <i>мука пшеничная в/с, сметана 15%, яйцо диетическое, сахар, масло растительное, дрожжи сухие</i>	Калорийность-219, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-30
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		
		Калорийность-295, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-48
Ужин		
100	<i>Шницель рыбный</i> <i>горбуша потрошенная без головы, лук репчатый, мука пшеничная в/с, масло растительное, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое</i>	Калорийность-148, Белки-2, Жиры-11, Углеводы-10
150	<i>Рис с овощами</i> <i>крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло сливочное 72,5%, масло растительное</i>	Калорийность-202, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-40
200	<i>Чай с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай листовый</i>	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
80	<i>Салат из свежих огурцов</i> <i>огурцы свежие, масло растительное, укроп свежий</i>	Калорийность-82, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-2
Итого за Ужин		
		Калорийность-662, Белки-14, Жиры-26, Углеводы-94
Второй ужин		
180	<i>Сметан</i>	
Итого за Второй ужин		
		Калорийность-2 451, Белки-89, Жиры-85, Углеводы-332

Итого за день

Директор



Бухгалтер

[Signature]

Отставкова
Ирина
Анатольевна

Заведующий
столовой

[Signature]

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Какао с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
125	<i>Омлет с капустой</i>	Калорийность-150, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-3
125	<i>Йогурт (биоЙогурт) швейцарский (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		
		Калорийность-570, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-68
Второй завтрак		
180	<i>Груша свежая</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Итого за Второй завтрак		
		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Обед		
300	<i>Суп крестьянский с мясом со сметаной</i> капуста свежая белокочанная, картофель, мясо говядины, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, сметана 15%, масло растительное, укроп свежий	Калорийность-122, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-12
268	<i>Запеканка картофельная с мясом</i> картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соусы сливочные	Калорийность-429, Белки-30, Жиры-15, Углеводы-44
100	<i>Закуска овощная с чесноком</i> морковь, лук репчатый, масло растительное, томатный сок, чеснок, сахар, мука пшеничная в/с	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9
200	<i>Компот из черносмородины</i> черносмородина, сахар	Калорийность-64, Белки-1, Углеводы-14
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
50	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
Итого за Обед		
		Калорийность-1 001, Белки-48, Жиры-34, Углеводы-146
Полдник		
65	<i>Ватрушка со сметаной</i> мука пшеничная в/с, сметана 15%, яйцо диетическое, сахар, масло растительное, дрожжи сухие	Калорийность-219, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-30
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		
		Калорийность-295, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-48
Ужин		
100	<i>Шницель рыбный</i> фарш из трески без головы, лук репчатый, мука пшеничная в/с, масло растительное, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое	Калорийность-146, Белки-2, Жиры-11, Углеводы-10
150	<i>Рис с овощами</i> крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло сливочное 72,5%, масло растительное	Калорийность-202, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-40
200	<i>Чай с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай весовой	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
100	<i>Салат из свежих огурцов</i> огурцы свежие, масло растительное, укроп свежий	Калорийность-103, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-2
Итого за Ужин		
		Калорийность-683, Белки-14, Жиры-28, Углеводы-94
Второй ужин		
180	<i>Снежок</i>	
Итого за Второй ужин		
		Калорийность-2 714, Белки-97, Жиры-92, Углеводы-375
Итого за день		

Директор



Бухгалтер

[Handwritten signature]

Отставнова
Ирина
АлександровнаЗаведующий
столовой

[Handwritten signature]

Клакова
Светлана
Владимировна

Меню (З. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	кал. цен. (ккал), Белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
50	Батон	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
200	Какао с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
125	Омлет с капустой яйцо диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, капуста свежая белокочанная, масло сливочное 72,5%	Калорийность-150, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-3
125	Восург (бюйюгурт) шельевой (в ассортименте)	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-503, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-55
Второй завтрак		
180	Груша свежая	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Обед		
263	Суп крестьянский с мясом со сметаной капуста свежая белокочанная, картофель, мясо говядины, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, сметана 15%, масло растительное, укроп свежий	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-11
268	Запеканка картофельная с мясом картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, масло растительное, сахар пшеничный	Калорийность-429, Белки-30, Жиры-15, Углеводы-44
80	Закуска свиная с чесноком морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста, чеснок, сахар, мука пшеничная в/с	Калорийность-105, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-7
200	Компот из черешни черешня, сахар	Калорийность-64, Белки-1, Углеводы-14
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-906, Белки-42, Жиры-30, Углеводы-116
Полдние		
65	Варушка со сметаной мука пшеничная в/с, сметана 15%, яйцо диетическое, сахар, масло растительное, дрожжи сухие	Калорийность-219, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-30
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-295, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-48
Итого за день		Калорийность-1 789, Белки-75, Жиры-59, Углеводы-230

Директор



Бухгалтер

[Signature]

Отставнова
Ирина
Антоньевна

Заведующий
столовой

[Signature]

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (4. Обучающиеся 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эв. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	<i>Вагши</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Какао с молоком</i> молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
125	<i>Смет с капустой</i> йогурт диетический, молоко пастеризованное 3,2%, капуста свежая белокочанная, масло сливочное 72,5%	Калорийность-150, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-3
125	<i>Вягура (бюйбюгура) шмельной (и ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-570, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-68
Второй завтрак		
180	<i>Груша свежая</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
Обед		
300	<i>Суп крестьянский с мясом со сметаной</i> капуста свежая белокочанная, картофель, мясо говядины, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, сметана 15%, масло растительное, укроп свежий	Калорийность-122, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-12
268	<i>Запеканка картофельная с мясом</i> картофель, мясо говядины, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, масло растительное, сыр пармезан	Калорийность-429, Белки-30, Жиры-15, Углеводы-44
100	<i>Закуска салатная с чесноком</i> морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста, чеснок, сахар, уксус столовый 4%	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9
200	<i>Компот из черносмородины</i> черносмородина, сахар	Калорийность-64, Белки-1, Углеводы-14
75	<i>Хлеб шмельной</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
50	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
Итого за Обед		Калорийность-1 001, Белки-48, Жиры-34, Углеводы-146
Полдник		
65	<i>Вягура со сметаной</i> йогурт диетический 4%, сметана 15%, йогурт диетический, сахар, масло растительное, дрожжи сухие	Калорийность-219, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-30
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-295, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-48
Итого за день		Калорийность-2 031, Белки-83, Жиры-64, Углеводы-281

Директор

Ирина Анатольевна

Бухгалтер

Ирина Анатольевна

Заведующий столовой

Казюкова Светлана Владимировна



Меню (П. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (квал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
55	<i>Батон</i>	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
	<i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогащенный</i>	
5	<i>Масло сливочное топленое</i>	Калорийность-2
10	<i>Сыр пармезано</i>	Калорийность-4
205	<i>Каша гречневая молочная с маслом</i>	Калорийность-59, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5
	<i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа гречневая, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	
Итого за Завтрак		Калорийность-361, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-56
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко свежее</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
80	<i>Салат "Возрождение"</i>	Калорийность-116, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-9
	<i>салат, яблоки, орехи грецкие очищенные, масло растительное, укроп, лук, сахар</i>	
250	<i>Суп картофельный с макаронными изделиями</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14
	<i>картофель, макаронные изделия категории 4, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	
110	Калорийность-215, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-4	
	<i>тушка цыпленка-бройлера охлажденного, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%, лук пижмички в/с</i>	
150	<i>Картофель и овощи тушеные с соусом</i>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24
	<i>картофель, масло сливочное 72,5%, морковь, лук репчатый, помидоры, мука пшеничная в/с, сахар</i>	
200	<i>Компот из яблок</i>	Калорийность-19, Углеводы-4
	<i>яблоки, сахар</i>	
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-738, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-95
Полдник		
200	<i>Молочко кипяченое</i>	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
173	<i>Супе творожное</i>	Калорийность-352, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-22
	<i>творог 9%, молоко пастеризованное 3,2%, сметана 15%, молоко ступенчатое, сахар, мука пшеничная в/с, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%</i>	
Итого за Полдник		Калорийность-468, Белки-31, Жиры-24, Углеводы-31
Ужин		
125	<i>Печень тушеная в соусе</i>	Калорийность-204, Белки-20, Жиры-8, Углеводы-12
	<i>печень куриная, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с</i>	
140	<i>Макаронные изделия запеченные с сыром</i>	Калорийность-49, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-1
	<i>макаронные изделия категории 4, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%</i>	
200	<i>Чай с лимоном</i>	Калорийность-2
	<i>сахар, лимон, чай безалкогольный</i>	
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
50	<i>Салат из морской капусты</i>	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4
Итого за Ужин		Калорийность-517, Белки-30, Жиры-18, Углеводы-57
Второй ужин		
180	<i>Йогурт (биокефир) питьевой (и ассортименте)</i>	Калорийность-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за Второй ужин		Калорийность-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за день		Калорийность-2 282, Белки-113, Жиры-84, Углеводы-263

Директор



Бухгалтер

[Signature]
Отставнова
Ирина
Антоньевна

Заведующий
столовой

[Signature]
Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	кал. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
30	Хлеб ржаной	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
75	Батон	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обезжиренный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	Масло сливочное порционное	Калорийность-3
15	Сыр порционный	Калорийность-6
205	Каша ячневая молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа ячневая, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-59, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5
Итого за Завтрак		Калорийность-631, Белки-15, Жиры-9, Углеводы-70
Второй завтрак		
180	Мясо свежее	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
100	Салат "Воздух" свежая капуста, свежие огурцы очищенные, масло растительное, уксусная эссенция, сахар	Калорийность-144, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-12
300	Суп картофельный с макаронными изделиями картофель, макаронные изделия категории а, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
110	Судак из курицы курица охлажденная-бройлер александрин, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-215, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-4
195	Картофель и овощи тушеные с соусом картофель, масло сливочное 72,5%, морковь, лук репчатый, томат-паста, мука пшеничная в/с, сахар	Калорийность-156, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-32
200	Компот из яблок яблоки, сахар	Калорийность-19, Углеводы-4
75	Хлеб пшеничный	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
50	Хлеб ржаной	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
Итого за Обед		Калорийность-949, Белки-34, Жиры-30, Углеводы-135
Полдник		
200	Молоко кипяченое	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
173	Судак творожный творог 9%, молоко пастеризованное 3,2%, сметана 15%, молоко стерилизованное, сахар, мука пшеничная в/с, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%	Калорийность-352, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-22
Итого за Полдник		Калорийность-468, Белки-31, Жиры-24, Углеводы-31
Ужин		
125	Печень куриная в соусе печень куриная, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-204, Белки-20, Жиры-8, Углеводы-12
210	Макаронные изделия запеченные с сыром макаронные изделия категории а, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%	Калорийность-73, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-2
200	Чай с лимоном сахар, лимон, чай зеленый	Калорийность-2
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	Салат из морской капусты	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-5
Итого за Ужин		Калорийность-572, Белки-32, Жиры-23, Углеводы-59
Второй ужин		
180	Йогурт (биоактивный) натуральный (в асептической)	Калорийность-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за Второй ужин		Калорийность-113, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
Итого за день		Калорийность-2 618, Белки-122, Жиры-93, Углеводы-319

Директор



Бухгалтер

Останина
Ирина
Анатольевна

Заведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (3. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
55	Вагаш	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обезжиренный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	Масло сливочное пармента	Калорийность-2
10	Сыр пармента	Калорийность-4
205	Каша ячменная молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа ячменная, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-59, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5
Итого за Завтрак		Калорийность-361, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-56
Второй завтрак		
180	Яблоко свежее	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
80	Салат "Возрасть" сметана, яблоки, огурцы свежие, помидоры, масло растительное, чернослив, сахар	Калорийность-116, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-9
250	Суп картофельный с макаронами изрезованными картофель, макаронные изделия категории 4, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14
110	Супчик из курицы крупа гречневая-фризеры окисленная, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с	Калорийность-215, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-4
150	Картофель и овощи тушеные с соусом картофель, масло сливочное 72,5%, морковь, лук репчатый, томат-паста, мука пшеничная в/с, сахар	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24
200	Компот из яблок яблоки, сахар	Калорийность-19, Углеводы-4
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-738, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-95
Полдник		
200	Молоко кипяченое	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
173	Супчик творожный творог 9%, молоко пастеризованное 3,2%, сметана 15%, молоко ступенное, сахар, мука пшеничная в/с, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%	Калорийность-352, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-22
Итого за Полдник		Калорийность-468, Белки-31, Жиры-24, Углеводы-31
Итого за день		Калорийность-1 652, Белки-74, Жиры-60, Углеводы-200

Директор



Бухгалтер

Отставана
Ирина
АнапьевнаЗаведующий
столовой

Казимова
Светлана
Владимировна

Меню (4. Обучившись 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (квал), белки (г), углеводы (г), жир (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогащенный</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	<i>Масло сливочное топленое</i>	Калорийность-3
15	<i>Сыр твердый</i>	Калорийность-6
205	<i>Каша гречневая молочная с маслом</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, крупа гречневая, сахар, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-59, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5
Итого за Завтрак		Калорийность-431, Белки-15, Жиры-9, Углеводы-70
Второй завтрак		
180	<i>Яблоко сырое</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Обед		
100	<i>Салат "Возрасть"</i> <i>свежая капуста, морковь очищенные, масло растительное, чеснок, сахар</i>	Калорийность-144, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-12
300	<i>Суп картофельный с макаронными изделиями</i> <i>картофель, макаронные изделия категории 1, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, укроп свежий</i>	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
110	<i>Судак из курятины</i> <i>рыба филе/кура-бройлеров охлажденная, молоко пастеризованное 3,2%, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-215, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-4
185	<i>Картофель и овощи тушеные с соусом</i> <i>картофель, масло сливочное 72,5%, морковь, лук репчатый, томат-паста, мука пшеничная в/с, сахар</i>	Калорийность-156, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-32
200	<i>Компот из яблок</i> <i>яблоки, сахар</i>	Калорийность-19, Углеводы-4
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
50	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
Итого за Обед		Калорийность-949, Белки-34, Жиры-30, Углеводы-135
Полдник		
200	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
173	<i>Судак творожный</i> <i>творог 9%, молоко пастеризованное 3,2%, сметана 15%, молоко стерилизованное, сахар, мука пшеничная в/с, яйцо диетическое, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-352, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-22
Итого за Полдник		Калорийность-468, Белки-31, Жиры-24, Углеводы-31
Итого за день		Калорийность-1 933, Белки-81, Жиры-64, Углеводы-254



Бухгалтер

[Handwritten signature]

Отставнова
Ирина
Антонельна

Заведующий
столовой

[Handwritten signature]

Казюкова
Светлана
Владимировна

Меню (1. Воспитанника 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. ден. (квал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
50	<i>Батон</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
200	<i>Каша с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, ваниль-ванилин</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
120	<i>Омлет с сыром</i> <i>яйцо диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, сыр голландский 45%, масло сливочное 72,5%</i>	
125	<i>Получр (бюблячур) пшеничной (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за завтрак		Калорийность-353, Белки-15, Жиры-9, Углеводы-52
Второй завтрак		
180	<i>Лимонный салат</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй завтрак		Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Обед		
80	<i>Салат овощной</i> <i>картофель, горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, лук репчатый, укроп свежий</i>	Калорийность-147, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-8
255	<i>Рассольник домашний со сметаной</i> <i>картофель, капуста свежая безочешуйчатая, огурцы консервированные, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий</i>	Калорийность-91, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15
225	<i>Пюре из говядины</i> <i>мясо говядины, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста</i>	Калорийность-349, Белки-28, Жиры-8, Углеводы-40
200	<i>Компот из кураги</i> <i>курага, сахар</i>	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-834, Белки-38, Жиры-24, Углеводы-113
Полдник		
75	<i>Пирожок с печенью</i> <i>печень куриная, мука пшеничная в.с., лук репчатый, масло растительное, яйцо диетическое, дрожжи сухие</i>	Калорийность-204, Белки-12, Жиры-4, Углеводы-30
300	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-280, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-48
Ужин		
75	<i>Колбаски вареничные</i> <i>говядина, фарш-говядина, лук репчатый, морковь, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в.с.</i>	Калорийность-178, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-3
150	<i>Капустяк овощной</i> <i>капуста свежая безочешуйчатая, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-46, Белки-3, Углеводы-7
200	<i>Чай с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай зеленый</i>	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
70	<i>Начо картофельная</i>	Калорийность-188, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-37
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Ужин		Калорийность-642, Белки-29, Жиры-18, Углеводы-89
Второй ужин		
180	<i>Рисовая каша</i>	
Итого за Второй ужин		
Итого за день		Калорийность-2 186, Белки-97, Жиры-55, Углеводы-317

Директор



Бухгалтер

[Handwritten signature]
Огостанова
Ирина
Анатолевна

Заведующий
столовой

[Handwritten signature]
Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Какао с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
120	<i>Омлет с сыром</i> <i>яйцо диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, сыр голландский 45%, масло сливочное 72,5%</i>	
125	<i>Воздуш. (бюджетный) сладкой (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-420, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-65
Второй завтрак		
180	<i>Лимонный салат</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй завтрак		Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Обед		
100	<i>Салат овощной</i> <i>картофель, горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, лук репчатый, укроп свежий</i>	Калорийность-184, Белки-2, Жиры-15, Углеводы-10
300	<i>Рассольник домашний со сметаной</i> <i>картофель, капуста свежая белокочанная, огурцы консервированные, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий</i>	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18
225	<i>Плов из говядины</i> <i>мясо говядины, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста</i>	Калорийность-349, Белки-28, Жиры-8, Углеводы-40
200	<i>Котлет из курицы</i> <i>курица, сахар</i>	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
50	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
Итого за Обед		Калорийность-1 021, Белки-44, Жиры-28, Углеводы-145
Полдник		
75	<i>Пироган с печенюш</i> <i>печень куриная, мука пшеничная в/с, лук репчатый, масло растительное, яйцо диетическое, дражки сухие</i>	Калорийность-204, Белки-12, Жиры-4, Углеводы-30
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-280, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-48
Ужин		
75	<i>Колбаски мясные</i> <i>тушка свиная-бройлера охлажденная, морковь, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-178, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-3
150	<i>Капуста отварная</i> <i>капуста свежая белокочанная, масло сливочное 72,5%</i>	Калорийность-46, Белки-3, Углеводы-7
200	<i>Чай с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, чай весовой</i>	Калорийность-29, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2
70	<i>Икра кабачковая</i>	Калорийность-188, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-37
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Ужин		Калорийность-642, Белки-29, Жиры-18, Углеводы-89
Второй ужин		
180	<i>Рисовый суп</i>	
Итого за Второй ужин		
Итого за день		Калорийность-2 440, Белки-105, Жиры-60, Углеводы-362

Директор

Буцаева
ГБОУ СО "ЕШИ № 10"

Бухгалтер

Отставнова
Ирина
АнатольевнаЗаведующий
столовойКазанова
Светлана
Владимировна

Меню (З. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
50	<i>Батон</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
200	<i>Какао с молоком</i> <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар, ванилин</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
120	<i>Омлет с сыром</i> <i>яйцо диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, сыр голландский 45%, масло сливочное 72,5%</i>	
125	<i>Йогурт (биоЙогурт) шиповый (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-353, Белки-15, Жиры-9, Углеводы-52
Второй завтрак		
180	<i>Ленивщи свиной</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй завтрак		Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Обед		
80	<i>Салат овощной</i> <i>картофель, горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, лук репчатый, укроп свежий</i>	Калорийность-147, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-8
255	<i>Расходник домашний со сметаной</i> <i>картофель, капуста свежая белокочанная, огурцы консервированные, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий</i>	Калорийность-91, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15
225	<i>Плов из говядины</i> <i>лопато говядина, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста</i>	Калорийность-349, Белки-28, Жиры-8, Углеводы-40
200	<i>Компот из кураги</i> <i>курага, сахар</i>	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-834, Белки-38, Жиры-24, Углеводы-113
Подарки		
75	<i>Пирожки с печеню</i> <i>печень куриная, мука пшеничная в/с, лук репчатый, масло растительное, яйцо диетическое, дрожжи сухие</i>	Калорийность-204, Белки-12, Жиры-4, Углеводы-30
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Подарки		Калорийность-280, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-48
Итого за день		Калорийность-1 544, Белки-68, Жиры-37, Углеводы-228

Директор



Бухгалтер

[Handwritten signature]

Опстанова
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

[Handwritten signature]

Казимова
Светлана
Владимировна

Меню (4. Обучающиеся 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
75	<i>Батон</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
200	<i>Какао с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, какао-порошок</i>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
120	<i>Омлет с сыром яйцо диетическое, молоко пастеризованное 3,2%, сыр голландский 45%, масло сливочное 72,5%</i>	
125	<i>Волуры (бифшопсы) штыковой (в ассортименте)</i>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-4
Итого за Завтрак		Калорийность-420, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-65
Второй завтрак		
180	<i>Ленивый салат</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Второй завтрак		Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-15
Обед		
100	<i>Салат овощной картофель, горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, лук репчатый, укроп свежий</i>	Калорийность-184, Белки-2, Жиры-15, Углеводы-10
300	<i>Рассольник домашний со сметаной картофель, капуста свежая белокочанная, огурцы консервированные, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, укроп свежий</i>	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18
225	<i>Паштет из говядины мясо говядины, крупа пшеница, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста</i>	Калорийность-349, Белки-28, Жиры-6, Углеводы-40
200	<i>Компот из кураги курага, сахар</i>	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
75	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
50	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
Итого за Обед		Калорийность-1 021, Белки-44, Жиры-28, Углеводы-145
Полдник		
75	<i>Пирожок с начинкой печенье кукурузное, мякоть тыквенная и/с, лук репчатый, масло растительное, яйцо диетическое, дрожжи сухие</i>	Калорийность-204, Белки-12, Жиры-4, Углеводы-30
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-280, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-48
Итого за день		Калорийность-1 798, Белки-76, Жиры-62, Углеводы-273

Директор



Бухгалтер

Отстапова
Ирина
АнтоньевнаЗаведующий
столовой

Казкина
Светлана
Владимировна

Меню (1. Воспитанники 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
50	Батон	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обжаренный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	Масло сливочное топленое	Калорийность-2
10	Сыр пошехонский	Калорийность-4
205	Каша рисовая молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа рисовая, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-205, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-37
Итого за Завтрак		Калорийность-494, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-86
Второй завтрак		
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
80	Салат из квашеной капусты "Русский" капуста квашеная, картофель, лук зеленый, масло растительное, сахар	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-4
255	Борщ со сметаной с курой свиная, капуста свежая безочешуйчатая, картофель, морковь, лук репчатый, сахар, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, томат-паста, укроп свежий	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10
150	Рыба тушеная с овощами горбуша потрошенная без головы, морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста	Калорийность-95, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-5
150	Пюре картофельное картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-114, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22
5	Чеснок	
200	Кисель "Витамин"	Калорийность-72, Углеводы-18
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-644, Белки-13, Жиры-21, Углеводы-99
Полдник		
50	Вафли	Калорийность-119, Белки-4, Углеводы-24
180	Яблоко свежее	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-204, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-42
Итого за день		Калорийность-1418, Белки-35, Жиры-31, Углеводы-248

Директор



Бухгалтер

Отставнова
Ирина
АнтольевнаЗаведующий
столовой

Козлова
Светлана
Владимировна

Меню (2. Воспитанники 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
30	Хлеб ржаной	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
50	Батон	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
200	Кофейный напиток с маслом молока пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогащенный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	Масло сливочное переранно	Калорийность-3
15	Сыр переранно	Калорийность-6
205	Каша рисовая молочная с маслом молока пастеризованное 3,2%, крупа рисовая, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-205, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-37
Итого за Завтрак		Калорийность-510, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-89
Второй завтрак		
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
100	Салат из квашеной капусты "Русский" капуста квашеная, картофель, лук зеленый, масло растительное, сахар	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-5
300	Вареное свиное мясо с курной свеклой, капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, сахар, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, томат-паста, укроп свежий	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12
150	Рыба тушеная с овощами горбуша потрошенная без головы, морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста	Калорийность-95, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-5
200	Шницель картофельный картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-29
5	Чеснок	
200	Кисель "Витамин"	Калорийность-72, Углеводы-18
75	Хлеб пшеничный	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	Хлеб ржаной	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
Итого за Обед		Калорийность-918, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-149
Полдник		
50	Вафли	Калорийность-119, Белки-4, Углеводы-24
180	Яблоко свежее	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-204, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-42
Итого за день		Калорийность-1708, Белки-43, Жиры-36, Углеводы-296

Директор



Бухгалтер

[Handwritten signature]

Отставинна
Ирина
Александровна

Заведующий
столовой

[Handwritten signature]

Казанова
Светлана
Владимировна

Меню (3. Обучающиеся 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
50	Батон	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обогащенный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
5	Масло сливочное топленое	Калорийность-3
10	Сыр твердый	Калорийность-4
205	Каша рисовая молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа рисовая, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-205, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-37
Итого за Завтрак		Калорийность-494, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-86
Второй завтрак		
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
80	Салат из квашеной капусты "Русский" капуста квашеная, картофель, лук репчатый, масло растительное, салат	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-4
255	Вареное со сметаной с курой сметана, капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, сахар, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, томат-паста, укроп свежий	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10
150	Рыба тушеная с овощами горбуша потрошенная без головы, морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста	Калорийность-95, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-5
150	Пюре картофельное картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-114, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22
5	Чеснок	
200	Кисель "Витамин"	Калорийность-72, Углеводы-18
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
25	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-644, Белки-13, Жиры-21, Углеводы-99
Полдник		
50	Вафли	Калорийность-119, Белки-4, Углеводы-24
180	Яблоко свежее	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-204, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-42
Итого за день		Калорийность-1 418, Белки-35, Жиры-31, Углеводы-245

Директор



Бухгалтер

[Signature]

Огетавнова
Ирина
Антоньевна

Заведующий
столовой

[Signature]

Козлова
Светлана
Владимировна

Меню (4. Обучившаяся 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	э. ед. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
30	Хлеб ржаной	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
50	Батон	Калорийность-134, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27
200	Кофейный напиток с молоком молоко пастеризованное 3,2%, сахар, кофейный напиток обезжиренный	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
10	Масло сливочное порционное	Калорийность-3
15	Сыр порционный	Калорийность-6
205	Каша рисовая молочная с маслом молоко пастеризованное 3,2%, крупа рисовая, сахар, масло сливочное 72,5%	Калорийность-205, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-37
Итого за Завтрак		Калорийность-510, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-89
Второй завтрак		
200	Сок фруктовый	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Итого за Второй завтрак		Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18
Обед		
100	Салат из квашеной капусты "Русский" капуста квашеная, картофель, лук репчатый, масло растительное, сахар	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-5
300	Борщ со сметаной с курой свекла, капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, сахар, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, томат-паста, укроп свежий	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12
150	Рыба тушеная с овощами гарбуза порционные без головы, морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста	Калорийность-95, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-5
200	Пюре картофельное картофель, молоко пастеризованное 3,2%, масло сливочное 72,5%	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-29
5	Чеснок	
200	Кисель "Витамин"	Калорийность-72, Углеводы-18
75	Хлеб пшеничный	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
75	Хлеб ржаной	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-40
Итого за Обед		Калорийность-918, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-149
Полдник		
50	Вафли	Калорийность-119, Белки-4, Углеводы-24
180	Йогурт свежий	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18
Итого за Полдник		Калорийность-204, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-42
Итого за день		Калорийность-1708, Белки-43, Жиры-36, Углеводы-299

Директор



Бухгалтер

Отставнова
Ирина
АлександровнаЗаведующий
столовой

Казанова
Светлана
Владимировна