

Меню (1 смена 7-10 лет.)

Высота (см)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 75</u>			
140	Масло сливочное (порциями)	ККАЛ-44, Ж-5	11
15	Сыр (порциями)	ККАЛ-36, Б-3, Ж-5	14-15
200/10	Каша рисовая молочная с маслом.....	ККАЛ-787, Б-17, Ж-28, У-106	31-2
<small>Рис, Сахар, Яйца, Слив. жир/маргарин, Молоко-сгущ. 20%, Масло сливочное М</small>			
200	Кофейный напиток	ККАЛ-126, Б-2, Ж-2, У-26	11-08
<small>Кофейный напиток, Сахар, Молоко-сгущ. 20%, Яйца (для желтка)</small>			
40/20	Батон молочный в с+ хлеб ржаной (резанный) (Падун-хлеб)	ККАЛ-71, Б-2, Ж-1, У-15	7-57
<small>Батон молочный в с+Падун-хлеб, Хлеб ржаной/резанный</small>			
Итого за Завтрак 75		ККАЛ-1065, Б-24, Ж-38, У-147	75
Итого за		ККАЛ-1065, Б-24, Ж-38, У-147	75

МБОУ СОШ

[Handwritten signature]

№7/Томск.К.З.



Меню (2 смена)

Высота (см)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед 75</u>			
60	Шницель из говядины	ККАЛ-130, Б-8, Ж-8, У-7	47-17
<small>Говядина, картофель, Яйца в б, Сахар, маргарин, Слив. жир/маргарин, Молоко-сгущ. 20%, Дрожжи, Яйца (для желтка), Масло сливочное М</small>			
135	Макаронные отварные (вермишель)	ККАЛ-164, Б-5, Ж-4, У-33	12-05
<small>Макаронные отварные, Масло сливочное М, Слив. жир/маргарин</small>			
200	Напиток из кураги и изюма.	ККАЛ-130, У-33	12-42
<small>Курага, Сахар, Яйца, Лимон, Ягоды/фрукты</small>			
40	Хлеб пшеничный белый резанный	ККАЛ-45, Б-2, У-10	3-36
Итого за Обед 75		ККАЛ-969, Б-17, Ж-13, У-82	75
Итого за		ККАЛ-969, Б-17, Ж-13, У-82	75

МБОУ СОШ

[Handwritten signature]

№7/Томск.К.З.





21.05.2021

Меню (Льготное питание 11-18 лет)

№ п/п	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>обед</i>			
70	Шницель из говядины <i>Говядина и флюиды, Хлеб пш., Сметана жирная, Соль йодированная, Молоко сухое 25%, Лук репчатый, Вода (для малярки), Масло сливочное М</i>	ККАЛ-152, Б-9, Ж-10, У-8	55-03
150	Картофельное пюре... <i>Картофель св, Масло сливочное М, Молоко сухое 25%, Вода (для малярки), Соль йодированная</i>	ККАЛ-135, Б-3, Ж-3, У-26	26-3
200	Компот Фруктовая смесь (ягодно-яблочная "Я-Я" №2) <i>Смесь ягодно-яблочная "Я-Я" №2 (компоненты: черника, яблоки, абрикос), Вода, Сахар</i>	ККАЛ-131, Б-1, У-31	15-78
4020	Хлеб пшеничный + ржаной (резанный...) <i>Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной (резанный)</i>	ККАЛ-163, Б-6, Ж-1, У-34	4-89
Итого за обед		ККАЛ-581, Б-19, Ж-14, У-99	102
Итого за		ККАЛ-581, Б-19, Ж-14, У-99	102

МБОУ СОШ

МЕТ Галкина И.В.





Меню (Раздача..)

Выход (г)	Наименование блюда	жир, белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>обед..</i>			
100	Салат Греческий <i>Огурцы св, Помидоры св, Сыр Адыгейский мелко, Перец, Минералы, Соль водородная, Масло растительное</i>	ККАЛ-226, Б-1, Ж-21, У-3	52
100	Салат "Полезный." <i>Фасоль консервированная, Морковь св, Масло растительное, Соль водородная, Лук репчатый</i>	ККАЛ-84, Б-3, Ж-6, У-11	28
100	Салат Коктейль <i>Яйца, Сыр сливочный (Покровка Азия), Огурцы св, Помидоры, Соль водородная, Сметана 13%</i>	ККАЛ-148, Б-10, Ж-12	62
250/25	Борщ из св.капусты, картоф. говядина-тушенка <i>Свиная св, Картофель св, Капуста св, Морковь св, Лук репчатый, Томат-паста, Масло сливочное М, Сахар, Вода, Лимонная кислота, Соль водородная, Лавровый лист, Говядина тушеная</i>	ККАЛ-151, Б-6, Ж-8, У-16	41
75	Котлета из филе птицы. <i>Кури филе, Хлеб п.ф, Вода (для молока), Сухари паниров., Масло сливочное М, Соль водородная, Масло сухое 23%</i>	ККАЛ-327, Б-20, Ж-20, У-20	51
60	Котлета из говядины .. <i>Говядина п.ф(говядина), Хлеб п.ф, Сухари паниров., Соль водородная, Масло сухое 23%, Лук репчатый, Вода (для молока), Масло сливочное М</i>	ККАЛ-139, Б-9, Ж-9, У-7	47
75	Биточки рыбные(филе минтай) <i>ФИЛЕ МИНТАЙ, Хлеб белый., Масло сухое 23%, Сухари паниров., Соль водородная, Масло сливочное М</i>	ККАЛ-73, Б-2, Ж-4, У-6	43
60/50	Тефтели из говядины (рисом)... <i>Говядина п.ф(говядина), Вода, Рис, Лук репчатый, Масло сливочное М, Соль водородная, Лук, Томат-паста, Морковь св, Сахар</i>	ККАЛ-199, Б-8, Ж-13, У-15	52
150	Картофельное пюре... <i>Картофель св, Масло сливочное М, Масло сухое 23%, Вода (для молока), Соль водородная</i>	ККАЛ-135, Б-3, Ж-3, У-26	26
150	Макароны отварные (спираль) <i>Макароны спираль, Масло сливочное М, Соль водородная</i>	ККАЛ-182, Б-5, Ж-4, У-36	14
75	Ватрушка с творогом <i>Мука, Сахар, Масло сливочное М, Яйца, Масло сухое 23%, Дрожжи сух, Творог свежий, Масло растительное, Вода (для молока)</i>	ККАЛ-212, Б-9, Ж-6, У-32	20
75	Булочка с повидлом <i>Мука, Масло сухое 23%, Вода (для молока), Яйца, Масло сливочное М, Сахар, Дрожжи сух, Помидор, Масло растительное</i>	ККАЛ-227, Б-5, Ж-5, У-43	15
75	Булочка Сюрприз <i>Мука, Сахар, Масло сливочное М, Яйца, Масло сухое 23%, Вода (для молока), Дрожжи сух, Абрикосы, Масло растительное</i>	ККАЛ-179, Б-5, Ж-3, У-36	16
200	Сок Тропик с трубочкой	ККАЛ-100, У-20	18
200	Чай Гринфилд с сахаром.. <i>Чай Гринфилд Зар., Вода, Сахар</i>	ККАЛ-58, У-15	6

Итого за обед.. ККАЛ-1340, Б-87, Ж-114, У-288 **491**

Итого за ККАЛ-1340, Б-87, Ж-114, У-288 **491**

МБОУ СОШ

[Подпись]

НП Галкина Н.В.

[Подпись]

