

**Школа 7-11 (1 смена)**

Акционерное общество  
Школьного питания "ОГОНЕК"  
№2  
ИНН 5611077285

| Выход (г)             | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания (руб) |
|-----------------------|--|--|----------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b> |  |  |                            |
| 5/20                  | <b>Бутерброд с маслом</b><br><i>батон нарезной, масло сливочное</i>  | Белки-2, Жиры-4, Калорийность-80   | <b>8-51</b>                |
| 200                   | <b>Каша молочная рисовая</b><br><i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>   | Белки-9, Жиры-9, Углеводы-42, Калорийность-254                                 | <b>21-35</b>               |
| 150                   | <b>Яблоко</b>  | Белки-1, Углеводы-17, Калорийность-70  | <b>26-10</b>               |
| 190                   | <b>Какао с молоком</b><br><i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>  | Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-105                                 | <b>11-01</b>               |
| 24                    | <b>Хлеб пшеничный.</b>   | Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-56  | <b>2-01</b>                |
| <b>589</b>            | <b>Итого за Завтрак</b>  | Белки-16, Жиры-16, Углеводы-89,<br>Калорийность-566                            | <b>68-98</b>               |
| <b><u>Обед</u></b>    |  |  |                            |
| 70                    | <b>Огурцы свежие</b>   | Углеводы-2, Калорийность-9   | <b>11-51</b>               |
| 200/23                | <b>Суп картофельный с<br/>клецками</b><br><i>картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло сливочное, лавровый лист</i> | Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-94                                  | <b>8-80</b>                |
| 90                    | <b>Бифштекс по домашнему</b><br><i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная</i>       | Белки-12, Жиры-16, Углеводы-11, Калорийность-234                               | <b>59-19</b>               |
| 170                   | <b>Гороховое пюре</b><br><i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>  | Белки-20, Жиры-5, Углеводы-45, Калорийность-303                                | <b>9-36</b>                |
| 200                   | <b>Компот из сушеных фруктов</b><br><i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>  | Углеводы-28, Калорийность-113  | <b>5-64</b>                |
| 44                    | <b>Хлеб пшеничный.</b>   | Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-103   | <b>3-70</b>                |
| 48                    | <b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>   | Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16, Калорийность-87                                  | <b>3-36</b>                |
| <b>845</b>            | <b>Итого за Обед</b>   | Белки-42, Жиры-25, Углеводы-139,<br>Калорийность-945                           | <b>101-56</b>              |
| <b>845</b>            | <b>Итого за день</b>   | Белки-55, Жиры-38, Углеводы-227,<br>Калорийность-1 511                         | <b>170-54</b>              |

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

МП

## Школа 7-11 (1 смена)

№2

ИНН 5511077285

| Выход (г)      | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания (руб) |
|----------------|--|--|----------------------------|
| <b>Завтрак</b> |  |  |                            |
| 30/170         | <b>Жаркое по-домашнему</b><br><i>картофель в/к, свинина окорок (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>   | Белки-13, Жиры-13, Углеводы-28, Калорийность-279                               | 52-77                      |
| 60             | <b>Печенье Овсяное</b>   | Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-145                                 | 9-72                       |
| 200            | <b>Чай фруктовый</b><br><i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>  | Углеводы-8, Калорийность-30  | 3-04                       |
| 42             | <b>Хлеб пшеничный.</b>   | Белки-3, Углеводы-21, Калорийность-99  | 3-45                       |
| 502            | <b>Итого за Завтрак</b>  | Белки-18, Жиры-17, Углеводы-81,<br>Калорийность-553                            | 68-98                      |
| <b>Обед</b>    |  |  |                            |
| 60             | <b>Салат "Полоньинский"</b><br><i>капуста в/к, помидоры, перец зел, огурцы, лук зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>  | Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, Калорийность-66                                   | 13-22                      |
| 200            | <b>Суп рыбный</b><br><i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>   | Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101   | 19-61                      |
| 60/30          | <b>Шницель припущенный из<br/>птицы с соусом сливочно-<br/>томатным</b><br><i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная/молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i> | Белки-9, Жиры-7, Углеводы-11, Калорийность-139                                 | 47-72                      |
| 150            | <b>Каша ячневая рассыпчатая с<br/>маслом</b><br><i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>   | Белки-5, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-181                                 | 7-40                       |
| 200            | <b>Компот из сушеных фруктов</b><br><i>сахар-песок, изюм, курага</i>   | Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-99  | 9-13                       |
| 30             | <b>Хлеб пшеничный.</b>   | Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71  | 2-52                       |
| 28             | <b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>   | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51  | 1-96                       |
| 758            | <b>Итого за Обед</b>   | Белки-21, Жиры-18, Углеводы-107,<br>Калорийность-708                           | 101-56                     |
| 758            | <b>Итого за день</b>   | Белки-39, Жиры-31, Углеводы-183,<br>Калорийность-1 208                         | 170-54                     |

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

МП



**Школа 7-11 (1 смена)**

| Выход (г)             | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания (руб) |
|-----------------------|--|--|----------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b> |  |  |                            |
| 65                    | <b>Помидоры свежие</b>   | Белки-1, Углеводы-3, Калорийность-12   | 10-39                      |
| 60/30                 | <b>Митболы с томатным соусом</b><br><i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, соль йодированная/ томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-9, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-125                                  | 41-10                      |
| 170                   | <b>Каша гречневая</b><br><i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>  | Белки-10, Жиры-12, Углеводы-47, Калорийность-343                               | 8-62                       |
| 200/7                 | <b>Чай с лимоном.</b><br><i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>  | Углеводы-15, Калорийность-61   | 4-98                       |
| 47                    | <b>Хлеб пшеничный.</b>   | Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-106   | 3-89                       |
| 579                   | <b>Итого за Завтрак</b>  | Белки-23, Жиры-21, Углеводы-93, Калорийность-647                               | 68-98                      |
| <b><u>Обед</u></b>    |  |  |                            |
| 60                    | <b>Салат из моркови с сахаром</b><br><i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>  | Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-50                                   | 7-27                       |
| 200                   | <b>Суп картофельный с вермишелью.</b><br><i>картофель в/к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>  | Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-106                                 | 13-11                      |
| 90                    | <b>Печень по-строгановски.</b><br><i>печень говяжья, сметана 15%, лук в/к, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>  | Белки-14, Жиры-10, Углеводы-6, Калорийность-173                                | 47-41                      |
| 150                   | <b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b><br><i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>  | Белки-5, Жиры-10, Углеводы-37, Калорийность-260                                | 18-74                      |
| 200                   | <b>Сок фруктовый</b>   | Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85  | 10-08                      |
| 34                    | <b>Хлеб пшеничный.</b>   | Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-80  | 2-86                       |
| 30                    | <b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>  | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54  | 2-10                       |
| 764                   | <b>Итого за Обед</b>   | Белки-27, Жиры-27, Углеводы-109, Калорийность-808                              | 101-57                     |
| 764                   | <b>Итого за день</b>   | Белки-50, Жиры-47, Углеводы-203, Калорийность-1 460                            | 170-55                     |

Бухгалтер-  
калькулятор*Sept*

Першина Т.П.

Генеральный  
директор*23*

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

МП

**Школа 7-11 (1 смена)**

| Выход (г)             | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания (руб) |
|-----------------------|--|--|----------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b> |  |  |                            |
| 80                    | <b>Котлета рыбная из минтая</b><br><i>котлеты из минтая, 100гр замороженные (пф), масло подсолнечное</i>   | Белки-11, Жиры-10, Углеводы-4, Калорийность-140                                | 35-62                      |
| 180                   | <b>Картофельное пюре</b><br><i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>  | Белки-4, Жиры-6, Углеводы-26, Калорийность-163                                 | 26-47                      |
| 200                   | <b>Чай с сахаром</b><br><i>сахар-песок, чай черный лист</i>  | Углеводы-15, Калорийность-60   | 2-77                       |
| 49                    | <b>Хлеб пшеничный.</b>   | Белки-4, Углеводы-24, Калорийность-115   | 4-12                       |
| 509                   | <b>Итого за Завтрак</b>  | Белки-19, Жиры-16, Углеводы-69,<br>Калорийность-479                            | 68-98                      |
| <b><u>Обед</u></b>    |  |  |                            |
| 60                    | <b>Винегрет овощной</b><br><i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>   | Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-81                                   | 8-51                       |
| 200                   | <b>Рассольник ленинградский</b><br><i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>   | Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, Калорийность-100                                 | 11-49                      |
| 160/30                | <b>Голубцы ленивые с томатно-сметанным соусом</b><br><i>капуста в/к, фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, яйцо куриное с2, масло сливочное, соль йодированная/ сметана 15%, мука пшеничная в/с, томат-паста, соль йодированная</i> | Белки-15, Жиры-10, Углеводы-14, Калорийность-208                               | 70-44                      |
| 200                   | <b>Компот из сушеных фруктов</b><br><i>смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная</i>  | Углеводы-28, Калорийность-113  | 5-64                       |
| 35                    | <b>Хлеб пшеничный.</b>   | Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-82  | 2-94                       |
| 36                    | <b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>  | Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-65  | 2-52                       |
| 721                   | <b>Итого за Обед</b>   | Белки-23, Жиры-22, Углеводы-91,<br>Калорийность-650                            | 101-54                     |
| 721                   | <b>Итого за день</b>   | Белки-42, Жиры-37, Углеводы-160,<br>Калорийность-1 129                         | 170-52                     |

Бухгалтер-  
калькулятор Першина Т.П.Генеральный  
директор Д.А. ЗатонскийСогласовано  
Директор \_\_\_\_\_

МП



**Школа 7-11 (1 смена)**

| Выход (г)             | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания (руб) |
|-----------------------|---|--|----------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b> |   |  |                            |
| 40                    | <b>Огурцы свежие</b>  | Углеводы-1, Калорийность-6   | 6-58                       |
| 90                    | <b>Гуляш из филе кур</b><br>филе грудки куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с | Белки-9, Жиры-8, Углеводы-3, Калорийность-106                                  | 46-39                      |
| 150                   | <b>Макароны отварные</b><br>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная  | Белки-4, Жиры-8, Углеводы-42, Калорийность-224                                 | 9-58                       |
| 200                   | <b>Чай фруктовый</b><br>сахар-песок, яблоко, чай черный лист  | Углеводы-15, Калорийность-62   | 4-08                       |
| 28                    | <b>Хлеб пшеничный.</b>  | Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66  | 2-35                       |
| 508                   | <b>Итого за Завтрак</b>   | Белки-16, Жиры-16, Углеводы-76,<br>Калорийность-464                            | 68-98                      |
| <b><u>Обед</u></b>    |   |  |                            |
| 60                    | <b>Салат "Витаминный"</b><br>капуста в/к, морковь в/к, яблоко, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная   | Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-84                                   | 9-90                       |
| 200                   | <b>Суп гречневый с овощами</b><br>картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная                                    | Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-84                                  | 11-95                      |
| 200                   | <b>Говядина тушеная с картофелем</b><br>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная          | Белки-22, Жиры-16, Углеводы-23, Калорийность-323                               | 68-60                      |
| 180                   | <b>Напиток из клубничного варенья</b><br>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная  | Углеводы-11, Калорийность-43   | 7-75                       |
| 24                    | <b>Хлеб пшеничный.</b>  | Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-56  | 2-02                       |
| 20                    | <b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>   | Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36   | 1-40                       |
| 684                   | <b>Итого за Обед</b>  | Белки-27, Жиры-24, Углеводы-73,<br>Калорийность-627                            | 101-62                     |
| 684                   | <b>Итого за день</b>  | Белки-43, Жиры-35, Углеводы-149,<br>Калорийность-1 092                         | 170-60                     |

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

МП