

Согласовано

директор  
МБОУ школа-интернат №3  
/Ватлин А.В./



# МЕНЮ

7 сентября 2021 г.

## 1-4 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ</b> сметана 20% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай филе, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), сыр голландский (круглый)	100/15	41,97	14,3	11,1	3,6	172
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> соль йодированная, картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	150/5	24,36	7,7	9,9	28,8	238
<b>САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ</b> соль йодированная, лук репчатый, огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное	100	18,74	0,8	6,1	3	70
<b>НАПИТОК</b> сухофрукты (смесь), вода питьевая, сахар песок	200/24	5,03			23,3	93
<b>хлеб выпечка</b> мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное	100	2,67	4,5	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>		92,77	27,3	32,5	87,2	753
<b>Всего</b>		92,77	27,3	32,5	87,2	753

Бухгалтер (калькулятор) \_\_\_\_\_ Сальникова Ю.И.

Согласовано



директор

МБОУ школа-интернат №3

/Ватлин А.В./

# МЕНЮ

7 сентября 2021 г.

## 5-11 классы

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ</b> сметана 20% жирности, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай филе, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт), сыр голландский (круглый)	100/15	50,79	14,3	11,1	3,6	172
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> соль йодированная, картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	180/6	29,19	9,3	12,1	34,6	285
<b>САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ</b> соль йодированная, лук репчатый, огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное	100	18,73	0,8	6,1	3	70
<b>НАПИТОК</b> сухофрукты (смесь), вода питьевая, сахар песок	200/24	5,04			23,3	93
<b>хлеб выпечка</b> мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное	100	2,67	4,5	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>		106,43	28,9	34,7	93	800
<b>Всего</b>		106,43	28,9	34,7	93	800

Бухгалтер (калькулятор) \_\_\_\_\_ Сальникова Ю.И.

Согласовано

директор  
МБОУ школа-интернат №3  
Ватлин А.В./

# МЕНЮ

7 сентября 2021 г.

ОВЗ 5-11

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b> вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), сметана 20% жирности	140	61,09	24,4	18,8	19,8	351
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15	0,96			14,6	58
<b>СЫР (ПОРЦИЯМИ)</b> сыр голландский (круглый)	30	16,05	7,1	9,1		113
<b>БАНАН</b> банан	200	29,40	3	1	42	192
<b>хлеб выпечка</b> мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированое	100	2,67	4,5	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>		110,17	39	34,3	104,9	894
<b>Обед</b>						
<b>СВЕКОЛЬНИК</b> соль йодированная, приправа, сметана 20% жирности, окорочка куриные, свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, вода питьевая	250/5	22,11	2	6,1	16,6	130
<b>МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ</b> соль йодированная, макаронные изделия высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое	180/6	8,44	6,7	5,7	43,1	250
<b>ПОДЖАРКА</b> соль йодированная, приправа, свинина мясная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, мука пшеничная высш сорт	100	45,08	13,2	33,3	3,4	367
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200	5,10			23,3	93
<b>ВЕНИГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ</b> соль йодированная, свекла, картофель, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированое	100	12,56	1,7	10,1	9,6	138
<b>хлеб выпечка</b> мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированое	100	2,67	4,5	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>		95,96	28,1	60,6	124,5	1158
<b>Всего</b>		206,13	67,1	94,9	229,4	2052

Бухгалтер (калькулятор) \_\_\_\_\_ Сальникова Ю.И.

Согласовано

директор  
МБОУ школа-интернат №3  
/Ватлин А.В./

# МЕНЮ

7 сентября 2021 г.

## ИНТЕРНАТ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b> вода питьевая, мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, сметана 20% жирности	100	15,2	11,5	14,8	226
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	185/15			14,6	58
<b>СЫР (ПОРЦИЯМИ)</b> сыр голландский (круглый)	30	6,9	8,8		109
<b>хлеб выпечка</b> мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированое	100	4,5	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>		26,6	25,7	57,9	573
<b>Обед</b>					
<b>СВЕКОЛЬНИК</b> окорочка куриные, соль йодированная, приправа, свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, вода питьевая	250	1,9	5,1	16,2	119
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b> соль йодированная, макаронные изделия высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое	180/6	6,7	5,5	43,1	249
<b>ПОДЖАРКА</b> соль йодированная, приправа, свинина мясная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, мука пшеничная высш сорт	105	14,9	37,4	3,3	410
<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая	200			23,4	94
<b>ВИНЕГРЕТ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ</b> соль йодированная, горошек зеленый консервы, картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое	100	1,8	10,1	9,7	138
<b>хлеб выпечка</b> мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированое	100	4,5	5,4	28,5	180
<b>Итого</b>		29,8	63,5	124,2	1190
<b>Полдник</b>					
<b>БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ</b> мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое	100	7,4	13,6	59,6	391
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200	0,2		16,2	66
<b>БАНАН</b> банан	150	2,3	0,8	31,5	144
<b>Итого</b>		9,9	14,4	107,3	601
<b>Ужин</b>					
<b>РУЛЕТ ИЗ мяса С ЯЙЦОМ</b> лук репчатый, соль йодированная, приправа, говядина б/к, вода питьевая	40	5,6	4,9		66
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> соль йодированная, картофель, молоко сухое цельное 25% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	150	5	7	26,1	188

<b>СОУС ТОМАТНЫЙ №348</b> приправа, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, соль йодированная	50	0,6	1,6	3,6	32
<b>хлеб выпечка</b> мука пшеничная высш сорт, масло подсолнечное рафинированое, дрожжи, соль йодированная	100	4,5	5,4	27,9	178
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200	0,2		16,6	67
<b>Итого</b>		15,9	18,9	74,2	531
<b>Ужин 2</b>					
<b>СНЕЖОК</b> снежок	200				
<b>печенье творожное</b> творог 9,0% жирности, мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная	65	13,9	7,9	40,4	289
<b>Итого</b>		13,9	7,9	40,4	289
<b>Всего</b>		96,1	130,4	404	3184

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Юдина О.Ю.