

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

18.03.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2пн)

## Меню ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
45	Бутерброд с сыром	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
220	Каша пшенная молочная жидкая	Калорийность-220, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-31, ВитаминА-41, ВитаминС-1, Магний-41	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
150	Фрукты свежие	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15, Магний-14	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-575, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-85, ВитаминА-41, ВитаминС-16, Магний-78	
<b>Обед</b>			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-8, ВитаминС-18, Магний-23	=
100	Котлеты из говядины	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-14, Магний-26	=
180	Рис с овощами	Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминС-2, Магний-35	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-1 024, Белки-35, Жиры-39, Углеводы-133, ВитаминС-32, Магний-143	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1599, Белки-53, Жиры-58, Углеводы-218, ВитаминА-41, ВитаминС-48, Магний-221	<b>157-18</b>



Протасова А.А.

Заведующая  
столовой

*Антонина*

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Савинская средняя школа"  
 О.Г. Модзгеришвили

18.03.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
 (зимне-весенний), 2пп)

# Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
45	Бутерброд с сыром	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
220	Каша пшенная молочная жидкая	Калорийность-220, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-31, ВитаминА-41, ВитаминС-1, Магний-41	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
150	Фрукты свежие	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15, Магний-14	=
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>107-93</b>
<b>Обед</b>			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-8, ВитаминС-18, Магний-23	=
100	Котлеты из говядины	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-14, Магний-26	=
180	Рис с овощами	Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминС-2, Магний-35	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>			<b>107-93</b>
<b>Итого за день</b>			<b>107-93</b>
		Калорийность-1599, Белки-53, Жиры-58, Углеводы-218, ВитаминА-41, ВитаминС-48, Магний-221	



Протасова А.А.

Заведующая  
 столовой

*Протасова*



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Савинская средняя школа"  
 О.Г. Модзгеришвили

18.03.2024 (Н.школа 7-11 лет  
 (зимне-весенний), 2пп)

## Меню ОБЗ с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
45	Бутерброд с сыром	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
150	Фрукты свежие	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15, Магний-14	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-508, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-73, ВитаминА-37, ВитаминС-16, Магний-71	
<b><u>Обед</u></b>			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200/5	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18	=
90	Котлеты из говядины	Калорийность-257, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-13, Магний-23	=
150	Рис с овощами	Калорийность-178, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, ВитаминС-2, Магний-29	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-788, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-100, ВитаминС-26, Магний-106	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 296, Белки-43, Жиры-48, Углеводы-173, ВитаминА-37, ВитаминС-42, Магний-177	<b>136-18</b>



Заведующая  
 столовой *Протасова А.А.*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

18.03.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2пп)

## Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
45	Бутерброд с сыром	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
150	Фрукты свежие	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15, Магний-14	=
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>96-26</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200/5	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18	=
90	Котлеты из говядины	Калорийность-257, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-13, Магний-23	=
150	Рис с овощами	Калорийность-178, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, ВитаминС-2, Магний-29	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>			<b>96-26</b>
<b>Итого за день</b>			<b>Калорийность-1 296, Белки-43, Жиры-48, Углеводы-173, ВитаминА-37, ВитаминС-42, Магний-177</b>



Протасова А. А.

Заведующая  
столовой

*Handwritten signature*



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

19.03.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2вт)

## Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<b>Кнели из птицы с рисом</b>	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, Витамина-76, ВитаминС-1, Магний-20	=
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, Витамина-24, Магний-89	=
200	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-595, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-56, Витамина-100, ВитаминС-2, Магний-122	<b>96-26</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)</b>	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
200/5	<b>Свекольник со сметаной</b>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	<b>Биточки рыбные</b>	Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21	=
150	<b>Пюре картофельное</b>	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, Витамина-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	<b>Компот из свежих яблок</b>	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-473, Белки-24, Жиры-15, Углеводы-62, Витамина-41, ВитаминС-13, Магний-101	<b>96-26</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 068, Белки-50, Жиры-38, Углеводы-118, Витамина-141, ВитаминС-15, Магний-223	



И.П. Прохасова А. А.

Заведующая  
столовой

*Handwritten signature*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Моозгвришвили

19.03.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2вт)

## Меню ОБЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-267, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-7, Витамина-84, ВитаминС-1, Магний-22	=
200	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-231, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-13, Витамина-32, Магний-118	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-680, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-60, Витамина-116, ВитаминС-2, Магний-153	
<b>Обед</b>			
100	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, Витамина-18, ВитаминС-2, Магний-18	=
250/10	Свекольник со сметаной	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминС-9, Магний-32	=
100	Биточки рыбные	Калорийность-113, Белки-14, Жиры-2, Углеводы-10, Магний-23	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, Витамина-36, ВитаминС-5, Магний-30	=
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-657, Белки-30, Жиры-20, Углеводы-89, Витамина-54, ВитаминС-17, Магний-139	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 336, Белки-59, Жиры-47, Углеводы-149, Витамина-170, ВитаминС-19, Магний-292	<b>157-18</b>



Ирогасова А. А.

Заведующая  
столовой

*[Handwritten signature]*



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

19.03.2024 (Н. школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2вт)

## Меню ОБЗ с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<i>Кнели из птицы с рисом</i>	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1, Магний-20	=
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
200	<i>Чай с лимоном</i>	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-595, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-56, ВитаминА-100, ВитаминС-2, Магний-122	
<b><u>Обед</u></b>			
60	<i>Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)</i>	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
200/5	<i>Свекольник со сметаной</i>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	<i>Биточки рыбные</i>	Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21	=
150	<i>Пюре картофельное</i>	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	<i>Компот из свежих яблок</i>	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2	=
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-473, Белки-24, Жиры-15, Углеводы-62, ВитаминА-41, ВитаминС-13, Магний-101	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 068, Белки-50, Жиры-38, Углеводы-118, ВитаминА-141, ВитаминС-15, Магний-223	<b>136-18</b>



Протасова А. А.

Заведующая  
столовой

*[Handwritten signature]*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгвишвили

19.03.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2вт)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-267, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-7, Витамина-84, ВитаминС-1, Магний-22	=
200	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-231, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-13, Витамина-32, Магний-118	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-680, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-60, Витамина-116, ВитаминС-2, Магний-153	<b>107-93</b>
<b>Обед</b>			
100	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, Витамина-18, ВитаминС-2, Магний-18	=
250/10	Свекольник со сметаной	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминС-9, Магний-32	=
100	Биточки рыбные	Калорийность-113, Белки-14, Жиры-2, Углеводы-10, Магний-23	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, Витамина-36, ВитаминС-5, Магний-30	=
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-657, Белки-30, Жиры-20, Углеводы-89, Витамина-54, ВитаминС-17, Магний-139	<b>107-93</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 336, Белки-59, Жиры-47, Углеводы-149, Витамина-170, ВитаминС-19, Магний-292	



Протасова А.А.

Заведующая  
столовой

*Протасова*



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгвришвили

20.03.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2ср)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
20	<b>Сыр сычужный твердый порциями</b>	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5, Магний-10	=
220	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36, ВитаминаА-47, ВитаминС-2, Магний-35	=
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминаА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
100	<b>Булочка ванильная</b>	Калорийность-330, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-57, Магний-10	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-817, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-127, ВитаминаА-66, ВитаминС-3, Магний-74	<b>107-93</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	Калорийность-109, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-3, ВитаминС-19, Магний-15	=
250/10	<b>Рассольник ленинградский со сметаной</b>	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-27	=
100	<b>Шницель из птицы припущенные</b>	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминаА-58, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-880, Белки-34, Жиры-29, Углеводы-121, ВитаминаА-58, ВитаминС-108, Магний-108	<b>107-93</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-169, Белки-59, Жиры-53, Углеводы-248, ВитаминаА-124, ВитаминС-111, Магний-182	



Протасова А.А.

Заведующая  
столовой

*Handwritten signature*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

20.03.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2ср)

## Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
15	<b>Сыр сычужный твердый порциями</b>	Калорийность-52, Белки-4, Жиры-4, Магний-8	=
200	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b>	Калорийность-215, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-32	=
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
80	<b>Булочка ванильная</b>	Калорийность-264, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-45, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-712, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-112, ВитаминА-62, ВитаминС-3, Магний-67	<b>96-26</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-11, Магний-9	=
200/5	<b>Рассольник ленинградский со сметаной</b>	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
90	<b>Шницель из птицы припущенные</b>	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-657, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-90, ВитаминА-53, ВитаминС-98, Магний-75	<b>96-26</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 369, Белки-50, Жиры-41, Углеводы-202, ВитаминА-115, ВитаминС-101, Магний-142	



Крутасова А. А.

Заведующая  
столовой

*Antonina Krutsova*



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

20.03.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2ср)

## Меню ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
20	<b>Сыр сычужный твердый порциями</b>	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5, Магний-10	=
220	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36, Витамина-47, ВитаминС-2, Магний-35	=
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Витамина-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
100	<b>Булочка ванильная</b>	Калорийность-330, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-57, Магний-10	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-817, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-127, Витамина-66, ВитаминС-3, Магний-74	
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	Калорийность-109, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-3, ВитаминС-19, Магний-15	=
250/10	<b>Рассольник ленинградский со сметаной</b>	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-27	=
100	<b>Шницель из птицы припущенные</b>	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, Витамина-58, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-880, Белки-34, Жиры-29, Углеводы-121, Витамина-58, ВитаминС-108, Магний-108	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-169, Белки-59, Жиры-53, Углеводы-248, Витамина-124, ВитаминС-111, Магний-182	<b>157-18</b>



Протасова А. А.

Заведующая  
столовой

*Протасова А. А.*

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ "Степницкая средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

20.03.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2ср)

## Меню ОБЗ с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
15	<b>Сыр сычужный твердый порциями</b>	Калорийность-52, Белки-4, Жиры-4, Магний-8	=
200	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b>	Калорийность-215, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминаА-43, ВитаминС-2, Магний-32	=
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминаА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
80	<b>Булочка ванильная</b>	Калорийность-264, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-45, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-712, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-112, ВитаминаА-62, ВитаминС-3, Магний-67	
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-11, Магний-9	=
200/5	<b>Рассольник ленинградский со сметаной</b>	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
90	<b>Шницель из птицы припущенные</b>	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминаА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-657, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-90, ВитаминаА-53, ВитаминС-98, Магний-75	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 369, Белки-50, Жиры-41, Углеводы-202, ВитаминаА-115, ВитаминС-101, Магний-142	<b>136-18</b>



Протасова А.А.

Заведующая  
столовой

*Pront*