

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"  
Е.В. Эйхгорн

02.06.2025 (Ш. Лагерь 7-11 лет, 1пп)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания (руб) |
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|

### Завтрак

|     |                            |                                                                                          |   |
|-----|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 45  | Бутерброды с повидлом      | Калорийность-136, Белки-2, Жиры-4,<br>Углеводы-23, ВитаминА-23, Магний-4                 | = |
| 200 | Каша "Дружба"              | Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7,<br>Углеводы-28, ВитаминА-39, ВитаминС-1,<br>Магний-31 | = |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1,<br>Магний-13  | = |
| 30  | Хлеб пшеничный             | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15,<br>Магний-4                                       | = |
| 100 | Плоды свежие               | Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-<br>10, Магний-9                                  | = |

Итого за Завтрак Калорийность-533, Белки-12, Жиры-14,  
Углеводы-90, ВитаминА-81, ВитаминС-12,  
Магний-61 =

### Обед

|       |                                                           |                                                                            |   |
|-------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---|
| 60    | Овощи натуральные (огурцы)                                | Калорийность-8, Углеводы-2, ВитаминС-6,<br>Магний-8                        | = |
| 200   | Суп картофельный с<br>макаронными изделиями               | Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2,<br>Углеводы-15, ВитаминС-7, Магний-19    | = |
| 90/30 | Тефтели из говядины с рисом<br>- "ёжики" в молочном соусе | Калорийность-314, Белки-13, Жиры-22,<br>Углеводы-17, ВитаминС-1, Магний-24 | = |
| 150   | Каша гречневая рассыпчатая                                | Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6,<br>Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89  | = |
| 200   | Компот из смеси сухофруктов                               | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20,<br>Магний-14                        | = |
| 60    | Хлеб пшеничный                                            | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                        | = |
| 40    | Хлеб ржаной                                               | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                        | = |

Итого за Обед Калорийность-880, Белки-30, Жиры-30,  
Углеводы-107, ВитаминА-24, ВитаминС-14,  
Магний-181 =

Итого за день Калорийность-1 413, Белки-42, Жиры-44,  
Углеводы-197, ВитаминА-105, ВитаминС-  
26, Магний-242 219-53



Заведующая  
столовой

Золотова Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"  
Е.В. Эйхгорн

03.06.2025 (Ш. Лагерь 7-11 лет, 1вт)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г)               | Наименование блюда                                   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                      | Стоимость<br>питания (руб) |
|-------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                      |                                                                                                     |                            |
| 60                      | Овощи консервированные<br>отварные (зеленый горошек) | Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2,<br>Углеводы-3, ВитаминаА-11, ВитаминС-1,<br>Магний-11             | =                          |
| 180                     | Омлет натуральный                                    | Калорийность-235, Белки-16, Жиры-17,<br>Углеводы-4, ВитаминаА-313, ВитаминС-1,<br>Магний-22         | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                                       | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                                 | =                          |
| 200                     | Чай с лимоном                                        | Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-<br>1, Магний-5                                              | =                          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                      | Калорийность-455, Белки-23, Жиры-19,<br>Углеводы-47, ВитаминаА-324, ВитаминС-3,<br>Магний-46        | =                          |
| <b>Обед</b>             |                                                      |                                                                                                     |                            |
| 60                      | Салат из белокочанной<br>капусты с морковью          | Калорийность-82, Белки-1, Жиры-6,<br>Углеводы-6, ВитаминС-17, Магний-10                             | =                          |
| 200/5                   | Рассольник ленинградский со<br>сметаной              | Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5,<br>Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21                            | =                          |
| 90/30                   | Биточки рыбные в молочном<br>соусе                   | Калорийность-132, Белки-14, Жиры-4,<br>Углеводы-11, Магний-24                                       | =                          |
| 150                     | Пюре картофельное                                    | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6,<br>Углеводы-9, ВитаминаА-30, ВитаминС-4,<br>Магний-25            | =                          |
| 200                     | Напиток из шиповника                                 | Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18,<br>ВитаминС-80, Магний-3                                     | =                          |
| 40                      | Хлеб ржаной                                          | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                                                 | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                                       | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                                 | =                          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                      | Калорийность-709, Белки-29, Жиры-21,<br>Углеводы-100, ВитаминаА-30, ВитаминС-<br>107, Магний-110    | =                          |
| <b>Итого за день</b>    |                                                      | Калорийность-1 164, Белки-52, Жиры-40,<br>Углеводы-147, ВитаминаА-354, ВитаминС-<br>110, Магний-156 | <b>219-53</b>              |



Заведующая  
столовой

Зотева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

04.06.2025 (Ш. Лагерь 7-11 лет, 1ср)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г)        | Наименование блюда                               | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                    | Стоимость<br>питания (руб) |
|------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                  |                                                                                                   |                            |
| 25               | Сыр полутвердый (порциями)                       | Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7,<br>Витамина-65, Магний-9                                        | =                          |
| 200              | Каша пшенная вязкая                              | Калорийность-254, Белки-9, Жиры-8,<br>Углеводы-37, Витамина-40, ВитаминС-1,<br>Магний-55          | =                          |
| 30               | Хлеб пшеничный                                   | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15,<br>Магний-4                                                | =                          |
| 200              | Чай с сахаром                                    | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4                                                             | =                          |
| 60               | Булочка домашняя                                 | Калорийность-233, Белки-5, Жиры-8,<br>Углеводы-36, Магний-6                                       | =                          |
| Итого за Завтрак |                                                  | Калорийность-685, Белки-22, Жиры-23,<br>Углеводы-97, Витамина-105, ВитаминС-1,<br>Магний-78       | =                          |
| <b>Обед</b>      |                                                  |                                                                                                   |                            |
| 60               | Салат из свеклы отварной                         | Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3,<br>Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11                            | =                          |
| 200/5            | Щи из свежей капусты с<br>картофелем со сметаной | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5,<br>Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18                           | =                          |
| 90               | Котлеты из птицы<br>припущенные                  | Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9,<br>Углеводы-8, Витамина-53, ВитаминС-1,<br>Магний-17          | =                          |
| 150              | Рис с овощами                                    | Калорийность-178, Белки-4, Жиры-4,<br>Углеводы-31, ВитаминС-2, Магний-29                          | =                          |
| 200              | Сок фруктовый                                    | Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25,<br>ВитаминС-5, Магний-10                                  | =                          |
| 60               | Хлеб пшеничный                                   | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                               | =                          |
| 40               | Хлеб ржаной                                      | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                                               | =                          |
| Итого за Обед    |                                                  | Калорийность-789, Белки-29, Жиры-21,<br>Углеводы-118, Витамина-53, ВитаминС-26,<br>Магний-112     | =                          |
| Итого за день    |                                                  | Калорийность-1 474, Белки-51, Жиры-44,<br>Углеводы-215, Витамина-158, ВитаминС-<br>27, Магний-190 | 219-53                     |



Генеральный директор \_\_\_\_\_

Заведующая  
столовой

Зотева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"  
Е.В. Эйхгорн

05.06.2025 (Ш. Лагерь 7-11 лет, 1чт)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г)               | Наименование блюда                                             | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                 | Стоимость<br>питания (руб) |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                                |                                                                                                |                            |
| 180/30                  | Запеканка из творога со<br>сгущенным молоком                   | Калорийность-608, Белки-31, Жиры-33,<br>Углеводы-46, ВитаминС-1, Магний-56                     | =                          |
| 200                     | Чай каркаде                                                    | Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3                                                       | =                          |
| 30                      | Хлеб пшеничный                                                 | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15,<br>Магний-4                                             | =                          |
| 60                      | Печенье                                                        | Калорийность-250, Белки-5, Жиры-6,<br>Углеводы-45, Магний-12                                   | =                          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                                | Калорийность-985, Белки-38, Жиры-39,<br>Углеводы-120, ВитаминА-3, ВитаминС-1,<br>Магний-72     | =                          |
| <b>Обед</b>             |                                                                |                                                                                                |                            |
| 60                      | Кукуруза отварная                                              | Калорийность-200, Белки-5, Жиры-3,<br>Углеводы-37, Магний-38                                   | =                          |
| 200/10                  | Суп картофельный с<br>бобовыми / гренки из<br>пшеничного хлеба | Калорийность-119, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-19, ВитаминС-7, Магний-22                       | =                          |
| 90                      | Фрикадельки из говядины<br>паровые                             | Калорийность-177, Белки-13, Жиры-11,<br>Углеводы-6, Магний-15                                  | =                          |
| 150                     | Рагу из овощей                                                 | Калорийность-135, Белки-3, Жиры-8,<br>Углеводы-13, ВитаминС-11, Магний-29                      | =                          |
| 200                     | Компот из ягод<br>замороженных                                 | Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС-<br>17, Магний-6                                        | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                                                 | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                            | =                          |
| 40                      | Хлеб ржаной                                                    | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                                            | =                          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                                | Калорийность-886, Белки-32, Жиры-25,<br>Углеводы-129, ВитаминС-35, Магний-137                  | =                          |
| <b>Итого за день</b>    |                                                                | Калорийность-1 872, Белки-70, Жиры-64,<br>Углеводы-249, ВитаминА-3, ВитаминС-36,<br>Магний-209 | <b>219-53</b>              |

Ген. директор



Заведующая  
столовой

*М.А. Пасева*

Зотева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"  
Е.В. Эйхгорн

06.06.2025 (Ш. Лагерь 7-11 лет, 1пт)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г)               | Наименование блюда                          | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                     | Стоимость<br>питания (руб) |
|-------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                             |                                                                                                    |                            |
| 40                      | Бутерброд с маслом                          | Калорийность-167, Белки-2, Жиры-13,<br>Углеводы-11, ВитаминаА-69, Магний-3                         | =                          |
| 200                     | Каша рисовая вязкая                         | Калорийность-236, Белки-6, Жиры-7,<br>Углеводы-37, ВитаминаА-41, ВитаминС-1,<br>Магний-37          | =                          |
| 200                     | Какао с молоком                             | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-14, ВитаминаА-19, ВитаминС-1,<br>Магний-22           | =                          |
| 40                      | Хлеб пшеничный                              | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,<br>Магний-6                                                 | =                          |
| 100                     | Плоды свежие                                | Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-<br>10, Магний-9                                            | =                          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                             | Калорийность-638, Белки-14, Жиры-23,<br>Углеводы-92, ВитаминаА-129, ВитаминС-12,<br>Магний-77      | =                          |
| <b>Обед</b>             |                                             |                                                                                                    |                            |
| 60                      | Овощи натуральные<br>(помидоры)             | Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2,<br>ВитаминС-15, Магний-12                                    | =                          |
| 200/5                   | Борщ с капустой и<br>картофелем со сметаной | Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5,<br>Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21                             | =                          |
| 90                      | Кнели из птицы с рисом                      | Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17,<br>Углеводы-6, ВитаминаА-76, ВитаминС-1,<br>Магний-20         | =                          |
| 150                     | Макаронные изделия<br>отварные              | Калорийность-190, Белки-6, Жиры-6,<br>Углеводы-30, ВитаминаА-34, Магний-9                          | =                          |
| 200                     | Компот из яблок с лимоном                   | Калорийность-60, Углеводы-14, ВитаминС-<br>3, Магний-6                                             | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                              | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                                | =                          |
| 40                      | Хлеб ржаной                                 | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                                                | =                          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                             | Калорийность-800, Белки-31, Жиры-28,<br>Углеводы-104, ВитаминаА-110, ВитаминС-<br>27, Магний-95    | =                          |
| <b>Итого за день</b>    |                                             | Калорийность-1 438, Белки-45, Жиры-51,<br>Углеводы-196, ВитаминаА-239, ВитаминС-<br>39, Магний-172 | <b>219-53</b>              |



Заведующая  
столовой

Зотева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"  
Е.В. Эйхгорн

07.06.2025 (суббота)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г)               | Наименование блюда                      | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                  | Стоимость<br>питания (руб) |
|-------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                         |                                                                                                 |                            |
| 45                      | Бутерброды с повидлом                   | Калорийность-136, Белки-2, Жиры-4,<br>Углеводы-23, ВитаминА-23, Магний-4                        | =                          |
| 200                     | Каша "Дружба"                           | Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7,<br>Углеводы-28, ВитаминА-39, ВитаминС-1,<br>Магний-31        | =                          |
| 200                     | Какао с молоком                         | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1,<br>Магний-22         | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                          | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                             | =                          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                         | Калорийность-563, Белки-15, Жиры-14,<br>Углеводы-95, ВитаминА-81, ВитаминС-2,<br>Магний-65      | =                          |
| <b>Обед</b>             |                                         |                                                                                                 |                            |
| 60                      | Овощи натуральные (огурцы)              | Калорийность-8, Углеводы-2, ВитаминС-6,<br>Магний-8                                             | =                          |
| 200/5                   | Рассольник ленинградский со<br>сметаной | Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5,<br>Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21                        | =                          |
| 90                      | Биточки из говядины                     | Калорийность-230, Белки-16, Жиры-12,<br>Углеводы-14, ВитаминА-4, Магний-23                      | =                          |
| 150                     | Рагу из овощей                          | Калорийность-135, Белки-3, Жиры-8,<br>Углеводы-13, ВитаминС-11, Магний-29                       | =                          |
| 200                     | Сок фруктовый                           | Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25,<br>ВитаминС-5, Магний-10                                | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                          | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                             | =                          |
| 40                      | Хлеб ржаной                             | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                                             | =                          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                         | Калорийность-797, Белки-30, Жиры-25,<br>Углеводы-110, ВитаминА-4, ВитаминС-28,<br>Магний-118    | =                          |
| <b>Итого за день</b>    |                                         | Калорийность-1 360, Белки-45, Жиры-39,<br>Углеводы-205, ВитаминА-85, ВитаминС-30,<br>Магний-183 | <b>219-53</b>              |



Ген. директор Е.В. Эйхгорн

Заведующая  
столовой

Зетцева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халнуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"  
Е.В. Эйхгорн

09.06.2025 (Ш. Лагерь 7-11 лет, 2пп)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г)               | Наименование блюда                                       | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                | Стоимость<br>питания (руб) |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                          |                                                                                               |                            |
| 25                      | Сыр полутвердый (порциями)                               | Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7,<br>Витамина-65, Магний-9                                    | =                          |
| 200                     | Каша рисовая вязкая                                      | Калорийность-236, Белки-6, Жиры-7,<br>Углеводы-37, Витамина-41, ВитаминС-1,<br>Магний-37      | =                          |
| 200                     | Чай с сахаром                                            | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4                                                         | =                          |
| 30                      | Хлеб пшеничный                                           | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15,<br>Магний-4                                            | =                          |
| 100                     | Фрукты свежие                                            | Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-10, Магний-9                                           | =                          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                          | Калорийность-481, Белки-14, Жиры-14,<br>Углеводы-71, Витамина-106, ВитаминС-11,<br>Магний-63  | =                          |
| <b>Обед</b>             |                                                          |                                                                                               |                            |
| 60                      | Овощи натуральные (помидоры)                             | Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2,<br>ВитаминС-15, Магний-12                               | =                          |
| 200/10                  | Суп картофельный с бобовыми / гренки из пшеничного хлеба | Калорийность-119, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-19, ВитаминС-7, Магний-22                      | =                          |
| 90/30                   | Тефтели из говядины в молочном соусе                     | Калорийность-249, Белки-14, Жиры-16,<br>Углеводы-12, ВитаминС-1, Магний-22                    | =                          |
| 150                     | Каша гречневая рассыпчатая                               | Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6,<br>Углеводы-10, Витамина-24, Магний-89                     | =                          |
| 200                     | Компот из смеси сухофруктов                              | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20,<br>Магний-14                                           | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                                           | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                           | =                          |
| 40                      | Хлеб ржаной                                              | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                                           | =                          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                          | Калорийность-851, Белки-33, Жиры-25,<br>Углеводы-106, Витамина-24, ВитаминС-23,<br>Магний-186 | =                          |
| <b>Итого за день</b>    |                                                          | Калорийность-1332, Белки-47, Жиры-39,<br>Углеводы-177, Витамина-130, ВитаминС-34, Магний-249  | <b>219-53</b>              |



Заведующая  
столовой

Зюганова Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"  
Е.В. Эйхгорн

10.06.2025 (Ш. Лагерь 7-11 лет, 2вт)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г)               | Наименование блюда                               | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                     | Стоимость<br>питания (руб) |
|-------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                  |                                                                                                    |                            |
| 200                     | Каша пшениная вязкая                             | Калорийность-254, Белки-9, Жиры-8,<br>Углеводы-37, ВитаминаА-40, ВитаминС-1,<br>Магний-55          | =                          |
| 200                     | Кофейный напиток с молоком                       | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-14, ВитаминаА-19, ВитаминС-1,<br>Магний-13           | =                          |
| 40                      | Хлеб пшеничный                                   | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,<br>Магний-6                                                 | =                          |
| 60                      | Булочка школьная                                 | Калорийность-171, Белки-5, Жиры-2,<br>Углеводы-34, Магний-7                                        | =                          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                  | Калорийность-607, Белки-20, Жиры-13,<br>Углеводы-105, ВитаминаА-59, ВитаминС-2,<br>Магний-81       | =                          |
| <b>Обед</b>             |                                                  |                                                                                                    |                            |
| 60                      | Салат из свеклы отварной                         | Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3,<br>Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11                             | =                          |
| 200/5                   | Щи из свежей капусты с<br>картофелем со сметаной | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5,<br>Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18                            | =                          |
| 90                      | Шницель из птицы<br>припущенные                  | Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9,<br>Углеводы-8, ВитаминаА-53, ВитаминС-1,<br>Магний-17          | =                          |
| 150                     | Макаронные изделия<br>отварные                   | Калорийность-190, Белки-6, Жиры-6,<br>Углеводы-30, ВитаминаА-34, Магний-9                          | =                          |
| 200                     | Компот из яблок с лимоном                        | Калорийность-60, Углеводы-14, ВитаминС-<br>3, Магний-6                                             | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                                   | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                                | =                          |
| 40                      | Хлеб ржаной                                      | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                                                | =                          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                  | Калорийность-754, Белки-30, Жиры-23,<br>Углеводы-106, ВитаминаА-87, ВитаминС-22,<br>Магний-88      | =                          |
| <b>Итого за день</b>    |                                                  | Калорийность-1 361, Белки-50, Жиры-36,<br>Углеводы-211, ВитаминаА-146, ВитаминС-<br>24, Магний-169 | <b>219-53</b>              |



Заведующая  
столовой

*Зотова Т.С.*  
Зотова Т.С.

Инженер-  
технолог

*Халиуллина С.П.*  
Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"  
Е.В. Эйхгорн

11.06.2025 (Ш. Лагерь 7-11 лет, 2ср)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г)               | Наименование блюда                          | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                   | Стоимость<br>питания (руб) |
|-------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                             |                                                                                                  |                            |
| 40                      | Яйца вареные                                | Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5,<br>Магний-5                                                    | =                          |
| 200                     | Каша гречневая вязкая                       | Калорийность-169, Белки-6, Жиры-7,<br>Углеводы-21, ВитаминА-37, ВитаминС-1,<br>Магний-70         | =                          |
| 200                     | Чай с лимоном                               | Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1,<br>Магний-5                                            | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                              | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                              | =                          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                             | Калорийность-413, Белки-16, Жиры-12,<br>Углеводы-61, ВитаминА-37, ВитаминС-2,<br>Магний-88       | =                          |
| <b>Обед</b>             |                                             |                                                                                                  |                            |
| 60                      | Салат витаминный                            | Калорийность-51, Белки-1, Жиры-4,<br>Углеводы-4, ВитаминС-8, Магний-12                           | =                          |
| 200                     | Суп картофельный с<br>макаронными изделиями | Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2,<br>Углеводы-15, ВитаминС-7, Магний-19                          | =                          |
| 90/30                   | Котлеты рыбные в молочном<br>соусе          | Калорийность-132, Белки-14, Жиры-4,<br>Углеводы-11, Магний-24                                    | =                          |
| 150                     | Пюре картофельное                           | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6,<br>Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4,<br>Магний-25          | =                          |
| 200                     | Напиток из шиповника                        | Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18,<br>ВитаминС-80, Магний-3                                  | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                              | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                              | =                          |
| 40                      | Хлеб ржаной                                 | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                                              | =                          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                             | Калорийность-662, Белки-29, Жиры-16,<br>Углеводы-100, ВитаминА-30, ВитаминС-99,<br>Магний-110    | =                          |
| <b>Итого за день</b>    |                                             | Калорийность-1 075, Белки-45, Жиры-28,<br>Углеводы-161, ВитаминА-67, ВитаминС-101,<br>Магний-198 | <b>219-53</b>              |



Заведующая  
столовой

Затеева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

16.06.2025 (Ш. Лагерь 7-11 лет, 1пн)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г)               | Наименование блюда                                        | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                    | Стоимость<br>питания (руб) |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                           |                                                                                                   |                            |
| 45                      | Бутерброды с повидлом                                     | Калорийность-136, Белки-2, Жиры-4,<br>Углеводы-23, ВитаминА-23, Магний-4                          | =                          |
| 200                     | Каша "Дружба"                                             | Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7,<br>Углеводы-28, ВитаминА-39, ВитаминС-1,<br>Магний-31          | =                          |
| 200                     | Кофейный напиток с молоком                                | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1,<br>Магний-13           | =                          |
| 30                      | Хлеб пшеничный                                            | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15,<br>Магний-4                                                | =                          |
| 100                     | Плоды свежие                                              | Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-<br>10, Магний-9                                           | =                          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                           | Калорийность-533, Белки-12, Жиры-14,<br>Углеводы-90, ВитаминА-81, ВитаминС-12,<br>Магний-61       | =                          |
| <b>Обед</b>             |                                                           |                                                                                                   |                            |
| 60                      | Овощи натуральные (огурцы)                                | Калорийность-8, Углеводы-2, ВитаминС-6,<br>Магний-8                                               | =                          |
| 200                     | Суп картофельный с<br>макаронными изделиями               | Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2,<br>Углеводы-15, ВитаминС-7, Магний-19                           | =                          |
| 90/30                   | Тефтели из говядины с рисом<br>- "ёжики" в молочном соусе | Калорийность-314, Белки-13, Жиры-22,<br>Углеводы-17, ВитаминС-1, Магний-24                        | =                          |
| 150                     | Каша гречневая рассыпчатая                                | Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6,<br>Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89                         | =                          |
| 200                     | Компот из смеси сухофруктов                               | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20,<br>Магний-14                                               | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                                            | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                               | =                          |
| 40                      | Хлеб ржаной                                               | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                                               | =                          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                           | Калорийность-880, Белки-30, Жиры-30,<br>Углеводы-107, ВитаминА-24, ВитаминС-14,<br>Магний-181     | =                          |
| <b>Итого за день</b>    |                                                           | Калорийность-1 413, Белки-42, Жиры-44,<br>Углеводы-197, ВитаминА-105, ВитаминС-<br>26, Магний-242 | <b>219-53</b>              |

Гендиректор



Заведующая  
столовой

Зотева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"  
Е.В. Эйхгорн

17.06.2025 (Ш. Лагерь 7-11 лет, 1вт)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г)               | Наименование блюда                                   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                     | Стоимость<br>питания (руб) |
|-------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                      |                                                                                                    |                            |
| 60                      | Овощи консервированные<br>отварные (зеленый горошек) | Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2,<br>Углеводы-3, Витамина-11, ВитаминС-1,<br>Магний-11             | =                          |
| 180                     | Омлет натуральный                                    | Калорийность-235, Белки-16, Жиры-17,<br>Углеводы-4, Витамина-313, ВитаминС-1,<br>Магний-22         | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                                       | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                                | =                          |
| 200                     | Чай с лимоном                                        | Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-<br>1, Магний-5                                             | =                          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                      | Калорийность-455, Белки-23, Жиры-19,<br>Углеводы-47, Витамина-324, ВитаминС-3,<br>Магний-46        | =                          |
| <b>Обед</b>             |                                                      |                                                                                                    |                            |
| 60                      | Салат из белокочанной<br>капусты с морковью          | Калорийность-82, Белки-1, Жиры-6,<br>Углеводы-6, ВитаминС-17, Магний-10                            | =                          |
| 200/5                   | Рассольник ленинградский со<br>сметаной              | Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5,<br>Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21                           | =                          |
| 90/30                   | Биточки рыбные в молочном<br>соусе                   | Калорийность-132, Белки-14, Жиры-4,<br>Углеводы-11, Магний-24                                      | =                          |
| 150                     | Пюре картофельное                                    | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6,<br>Углеводы-9, Витамина-30, ВитаминС-4,<br>Магний-25            | =                          |
| 200                     | Напиток из шиповника                                 | Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18,<br>ВитаминС-80, Магний-3                                    | =                          |
| 40                      | Хлеб ржаной                                          | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                                                | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                                       | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                                | =                          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                      | Калорийность-709, Белки-29, Жиры-21,<br>Углеводы-100, Витамина-30, ВитаминС-<br>107, Магний-110    | =                          |
| <b>Итого за день</b>    |                                                      | Калорийность-1 164, Белки-52, Жиры-40,<br>Углеводы-147, Витамина-354, ВитаминС-<br>110, Магний-156 | <b>219-53</b>              |



Заведующая  
столовой

Зотева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

18.06.2025 (Ш. Лагерь 7-11 лет, 1ср)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г)               | Наименование блюда                                       | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                    | Стоимость<br>питания (руб) |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                          |                                                                                                   |                            |
| 25                      | <b>Сыр полутвердый (порциями)</b>                        | Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7,<br>Витамина-65, Магний-9                                        | =                          |
| 200                     | <b>Каша пшениная вязкая</b>                              | Калорийность-254, Белки-9, Жиры-8,<br>Углеводы-37, Витамина-40, ВитаминС-1,<br>Магний-55          | =                          |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                                    | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15,<br>Магний-4                                                | =                          |
| 200                     | <b>Чай с сахаром</b>                                     | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4                                                             | =                          |
| 60                      | <b>Булочка домашняя</b>                                  | Калорийность-233, Белки-5, Жиры-8,<br>Углеводы-36, Магний-6                                       | =                          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                          | Калорийность-685, Белки-22, Жиры-23,<br>Углеводы-97, Витамина-105, ВитаминС-1,<br>Магний-78       | =                          |
| <b>Обед</b>             |                                                          |                                                                                                   |                            |
| 60                      | <b>Салат из свеклы отварной</b>                          | Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3,<br>Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11                            | =                          |
| 200/5                   | <b>Щи из свежей капусты с<br/>картофелем со сметаной</b> | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5,<br>Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18                           | =                          |
| 90                      | <b>Котлеты из птицы<br/>припущенные</b>                  | Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9,<br>Углеводы-8, Витамина-53, ВитаминС-1,<br>Магний-17          | =                          |
| 150                     | <b>Рис с овощами</b>                                     | Калорийность-178, Белки-4, Жиры-4,<br>Углеводы-31, ВитаминС-2, Магний-29                          | =                          |
| 200                     | <b>Сок фруктовый</b>                                     | Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25,<br>ВитаминС-5, Магний-10                                  | =                          |
| 60                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                                    | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                               | =                          |
| 40                      | <b>Хлеб ржаной</b>                                       | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                                               | =                          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                          | Калорийность-789, Белки-29, Жиры-21,<br>Углеводы-118, Витамина-53, ВитаминС-26,<br>Магний-112     | =                          |
| <b>Итого за день</b>    |                                                          | Калорийность-1 474, Белки-51, Жиры-44,<br>Углеводы-215, Витамина-158, ВитаминС-<br>27, Магний-190 | <b>219-53</b>              |



Заведующая  
столовой

Зотева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"  
Е.В. Эйхгорн

19.06.2025 (Ш. Лагерь 7-11 лет, 1чт)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г)        | Наименование блюда                                             | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                  | Стоимость<br>питания (руб) |
|------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                                |                                                                                                 |                            |
| 180/30           | Запеканка из творога со<br>сгущенным молоком                   | Калорийность-608, Белки-31, Жиры-33,<br>Углеводы-46, ВитаминС-1, Магний-56                      | =                          |
| 200              | Чай каркаде                                                    | Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминаА-3                                                       | =                          |
| 30               | Хлеб пшеничный                                                 | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15,<br>Магний-4                                              | =                          |
| 60               | Печенье                                                        | Калорийность-250, Белки-5, Жиры-6,<br>Углеводы-45, Магний-12                                    | =                          |
| Итого за Завтрак |                                                                | Калорийность-985, Белки-38, Жиры-39,<br>Углеводы-120, ВитаминА-3, ВитаминС-1,<br>Магний-72      | =                          |
| <b>Обед</b>      |                                                                |                                                                                                 |                            |
| 60               | Кукуруза отварная                                              | Калорийность-200, Белки-5, Жиры-3,<br>Углеводы-37, Магний-38                                    | =                          |
| 200/10           | Суп картофельный с<br>бобовыми / гренки из<br>пшеничного хлеба | Калорийность-119, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-19, ВитаминС-7, Магний-22                        | =                          |
| 90               | Фрикадельки из говядины<br>паровые                             | Калорийность-177, Белки-13, Жиры-11,<br>Углеводы-6, Магний-15                                   | =                          |
| 150              | Рагу из овощей                                                 | Калорийность-135, Белки-3, Жиры-8,<br>Углеводы-13, ВитаминС-11, Магний-29                       | =                          |
| 200              | Компот из ягод<br>замороженных                                 | Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС-<br>17, Магний-6                                         | =                          |
| 60               | Хлеб пшеничный                                                 | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                             | =                          |
| 40               | Хлеб ржаной                                                    | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                                             | =                          |
| Итого за Обед    |                                                                | Калорийность-886, Белки-32, Жиры-25,<br>Углеводы-129, ВитаминС-35, Магний-137                   | =                          |
| Итого за день    |                                                                | Калорийность-1 872, Белки-70, Жиры-64,<br>Углеводы-249, ВитаминаА-3, ВитаминС-36,<br>Магний-209 | 219-53                     |



Ген. директор

М.И. Гаева

Заведующая  
столовой

Зотева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"  
Е.В. Эйхгорн

20.06.2025 (Ш. Лагерь 7-11 лет, 1шт)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г)               | Наименование блюда                          | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                  | Стоимость<br>питания (руб) |
|-------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                             |                                                                                                 |                            |
| 40                      | Бутерброд с маслом                          | Калорийность-167, Белки-2, Жиры-13,<br>Углеводы-11, ВитаминА-69, Магний-3                       | =                          |
| 200                     | Каша рисовая вязкая                         | Калорийность-236, Белки-6, Жиры-7,<br>Углеводы-37, ВитаминА-41, ВитаминС-1,<br>Магний-37        | =                          |
| 200                     | Какао с молоком                             | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1,<br>Магний-22         | =                          |
| 40                      | Хлеб пшеничный                              | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,<br>Магний-6                                              | =                          |
| 100                     | Плоды свежие                                | Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-10,<br>Магний-9                                          | =                          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                             | Калорийность-638, Белки-14, Жиры-23,<br>Углеводы-92, ВитаминА-129, ВитаминС-12,<br>Магний-77    | =                          |
| <b>Обед</b>             |                                             |                                                                                                 |                            |
| 60                      | Овощи натуральные<br>(помидоры)             | Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2,<br>ВитаминС-15, Магний-12                                 | =                          |
| 200/5                   | Борщ с капустой и<br>картофелем со сметаной | Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5,<br>Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21                          | =                          |
| 90                      | Кнели из птицы с рисом                      | Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17,<br>Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1,<br>Магний-20       | =                          |
| 150                     | Макаронные изделия<br>отварные              | Калорийность-190, Белки-6, Жиры-6,<br>Углеводы-30, ВитаминА-34, Магний-9                        | =                          |
| 200                     | Компот из яблок с лимоном                   | Калорийность-60, Углеводы-14, ВитаминС-3,<br>Магний-6                                           | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                              | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                             | =                          |
| 40                      | Хлеб ржаной                                 | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                                             | =                          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                             | Калорийность-800, Белки-31, Жиры-28,<br>Углеводы-104, ВитаминА-110, ВитаминС-27,<br>Магний-95   | =                          |
| <b>Итого за день</b>    |                                             | Калорийность-1438, Белки-45, Жиры-51,<br>Углеводы-196, ВитаминА-239, ВитаминС-39,<br>Магний-172 | <b>219-53</b>              |



Заведующая  
столовой

Зотева Т.С.

Инженер  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"  
Е.В. Эйхгорн

21.06.2025 (суббота)

## Меню ЛДП, ЛДО

| Выход (г)               | Наименование блюда                      | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                  | Стоимость<br>питания (руб) |
|-------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                         |                                                                                                 |                            |
| 45                      | Бутерброды с повидлом                   | Калорийность-136, Белки-2, Жиры-4,<br>Углеводы-23, ВитаминА-23, Магний-4                        | =                          |
| 200                     | Каша "Дружба"                           | Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7,<br>Углеводы-28, ВитаминА-39, ВитаминС-1,<br>Магний-31        | =                          |
| 200                     | Какао с молоком                         | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1,<br>Магний-22         | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                          | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                             | =                          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                         | Калорийность-563, Белки-15, Жиры-14,<br>Углеводы-95, ВитаминА-81, ВитаминС-2,<br>Магний-65      | =                          |
| <b>Обед</b>             |                                         |                                                                                                 |                            |
| 60                      | Овощи натуральные (огурцы)              | Калорийность-8, Углеводы-2, ВитаминС-6,<br>Магний-8                                             | =                          |
| 200/5                   | Рассольник ленинградский со<br>сметаной | Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5,<br>Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21                        | =                          |
| 90                      | Биточки из говядины                     | Калорийность-230, Белки-16, Жиры-12,<br>Углеводы-14, ВитаминА-4, Магний-23                      | =                          |
| 150                     | Рагу из овощей                          | Калорийность-135, Белки-3, Жиры-8,<br>Углеводы-13, ВитаминС-11, Магний-29                       | =                          |
| 200                     | Сок фруктовый                           | Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25,<br>ВитаминС-5, Магний-10                                | =                          |
| 60                      | Хлеб пшеничный                          | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8                                             | =                          |
| 40                      | Хлеб ржаной                             | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19                                             | =                          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                         | Калорийность-797, Белки-30, Жиры-25,<br>Углеводы-110, ВитаминА-4, ВитаминС-28,<br>Магний-118    | =                          |
| <b>Итого за день</b>    |                                         | Калорийность-1 360, Белки-45, Жиры-39,<br>Углеводы-205, ВитаминА-85, ВитаминС-30,<br>Магний-183 | <b>219-53</b>              |

Ген.директор



Заведующая  
столовой

Зотева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.