

меню (Раздача с 7лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>раздача</u>			
200	Каша рисовая молочная с маслом <i>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-196, Б-5, Ж-5, У-13	39-00
100	Блинчики <i>мука в с, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-264, Б-10, Ж-7, У-44	29-00
50	Сырники <i>творог свежий 9%, манка, сахар-песок, яйцо, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, ванилин</i>	ККАЛ-124, Б-9, Ж-5, У-10	45-00
20	Сметана	ККАЛ-32, Б-1, Ж-3, У-1	16-00
20	Молоко сгущенное <i>молоко сгущенное с с 8,5%, сметана 15%</i>	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
20	Повидло или джем фруктовый	ККАЛ-58, У-14	6-00
100	Винегрет овощной <i>картофель св, свекла свежая, морковь свежая, огурцы консервированные, горошек зеленый консервир., масло растительное</i>	ККАЛ-122, Б-2, Ж-10, У-8	30-00
100	Салат Волшебный (печень, овощи, сухарики) <i>печень мясная, морковь свежая, масло растительное, батон нарезной, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i>	ККАЛ-244, Б-8, Ж-21, У-8	50-00
250/20/10	Свекольник с курицей, сметаной <i>свекла свежая, картофель св, кури-тушка потрош., лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-164, Б-7, Ж-10, У-12	44-00
70	Рыба под овощами <i>горбуша потрош. б г, лук репка, морковь свежая, сыр твердый (типа российский), сметана 15%, масло растительное, мука в с, соль йодированная</i>	ККАЛ-128, Б-13, Ж-8, У-3	85-00
75	Курица Азиатка <i>кури-филе, морковь свежая, лук репка, перец болгарский, огурцы свежие, масло растительное, сметана 15%, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), соль йодированная</i>		67-00
80	Котлета из филе курицы рубленая <i>кури-филе, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-187, Б-16, Ж-7, У-14	65-00
50/15	Печень с луком <i>печень мясная, лук репка, масло растительное, мука в с, соль йодированная</i>	ККАЛ-137, Б-12, Ж-7, У-7	72-00
150	Макаронь отварные (регатоны) <i>макаронь (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-209, Б-5, Ж-7, У-32	33-00
150	Картофель отварной с маслом <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-173, Б-3, Ж-9, У-12	35-00
150	Гарнир Рис Цветной <i>рис о п, масло сливочное 72,5%, морковь свежая, кукуруза консервированная, горошек зеленый консервир., соль йодированная</i>	ККАЛ-186, Б-4, Ж-4, У-34	30-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	7-00
200	Чай пакетик с сахаром <i>сахар-песок, чай пакет 2 гр.</i>	ККАЛ-60, У-15	6-00
200	Чай пакетик без сахара <i>вода, чай пакет 2 гр.</i>		4-00
200	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	12-00
30	Хлеб пшеничный	ККАЛ-70, Б-2, У-15	3-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за раздача		ККАЛ-2 668, Б-100, Ж-105, У-310	715-00
Итого за день		ККАЛ-2 668, Б-100, Ж-105, У-310	715-00

меню (7-11 лет (1 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
150	Каша рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-147, Б-4, Ж-4, У-9	29-00
90	Пудинг творожный <small>творог свежий 9%, рис, яйцо, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, сухари паниров., соль йодированная, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-183, Б-9, Ж-11, У-17	59-00
10	Джем фруктовый	ККАЛ-29, У-7	4-00
200	Чай Французский (с ванилью) <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-538, Б-17, Ж-16, У-70	104-00
Итого за день		ККАЛ-538, Б-17, Ж-16, У-70	104-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор



меню (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	Каша рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-196, Б-5, Ж-5, У-13	39-00
200	Чай Французский (с ванилью) <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак			51-00
обед			
200	Свекольник со сметаной <small>свекла свежая, картофель св, лук репка, морковь свежая, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-88, Б-2, Ж-5, У-10	22-00
230	Мясо духовое с овощами <small>картофель св, свишина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, лук репка, масло растительное, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-302, Б-15, Ж-15, У-35	89-00
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	7-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед			127-00
Итого за день			178-00

Директор
МБОУ СОШ

И.И. Белевцева

Калькулятор

меню (ДИ, ОВЗ с 12 лет (2 см))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
200	Свекольник со сметаной <small>свекла свежая, картофель св, лук репка, морковь свежая, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-88, Б-2, Ж-5, У-10	22-00
280	Мясо духовое с овощами <small>картофель св, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, лук репка, масло растительное, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-368, Б-18, Ж-18, У-43	108-00
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	7-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-754, Б-28, Ж-24, У-117	149-00
<u>полдник</u>			
75	Коржик Молочный <small>мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко свежее 2,5%, яйцо, масло растительное, сода пищевая, ванилин</small>	ККАЛ-233, Б-5, Ж-8, У-50	30-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	22-00
Итого за полдник		ККАЛ-334, Б-11, Ж-13, У-58	52-00
Итого за день		ККАЛ-1 088, Б-39, Ж-37, У-174	201-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор



меню (с 12 лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>обед</i>			
14	Помидор свежий с кукурузой <i>помидоры свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-16, Ж-1, У-1	8-00
280	Мясо духовое с овощами <i>картофель св, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, лук репка, масло растительное, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-368, Б-18, Ж-18, У-43	108-00
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	7-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-681, Б-27, Ж-20, У-108	135-00
Итого за день		ККАЛ-681, Б-27, Ж-20, У-108	135-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор

