

меню (Раздача с 7лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>раздача</i>			
200	Каша солнышко (пшено, кукурузная) молочная с маслом	ККАЛ-66, Б-4, Ж-8, У-5	38-00
	<i>пшено илифированное, кукурузная, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>		
100	Оладьи с бананом	ККАЛ-281, Б-7, Ж-11, У-42	29-00
	<i>мука в/с, бананы свежие, масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, орожежи сух, соль йодированная</i>		
20	Молоко сгущенное	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
	<i>молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%</i>		
100	Салат Весна (огурец, свекла)	ККАЛ-180, Б-1, Ж-10, У-20	40-00
	<i>огурцы свежие, свекла свежая, масло растительное, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная, чеснок свежий</i>		
100	Салат Десертный со свининой	ККАЛ-341, Б-9, Ж-29, У-6	77-00
	<i>свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, огурцы свежие, масло растительное, чернослив б/к, орех грецкий, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i>		
250/25	Щи "По - Уральски" с мясом	ККАЛ-127, Б-10, Ж-8, У-8	52-00
	<i>капуста белокачанная свежая, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, лук репка, томат-паста, пшено илифированное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>		
70	Рыба - филе навага в сметане	ККАЛ-54, Б-9, Ж-2, У-1	55-00
	<i>навага б/г и/п, сметана 15%, морковь свежая, лук репка, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>		
70	Бризоль из курицы	ККАЛ-220, Б-17, Ж-24, У-1	75-00
	<i>куры-филе, сыр твердый (типа российский), яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>		
70	Котлета сельская запеченая	ККАЛ-191, Б-14, Ж-15, У-1	75-00
	<i>фарш мясной, лук репка, яйцо, масло растительное, соль йодированная</i>		
80	Котлета нежная из кур	ККАЛ-176, Б-14, Ж-19, У-1	68-00
	<i>куры грудка, сметана 15%, яйцо, масло растительное, крахмал картофельный, лук репка, соль йодированная</i>		
70	Печень по-деревенски	ККАЛ-162, Б-16, Ж-10, У-2	83-00
	<i>печень мясная, яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>		
150	Макароньы отварные (спираль)	ККАЛ-89, Б-5, Ж-6, У-26	33-00
	<i>макароньы (спираль), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>		
150	Картофельное пюре	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	31-00
	<i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>		
100	Овощи здоровье	ККАЛ-58, Б-3, Ж-3, У-5	68-00
	<i>капуста цветная св.м, капуста брокколи св.м, перец болгарский, масло растительное, лимон свежий, соль йодированная</i>		
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
200	Чай пакетик с сахаром	ККАЛ-60, У-15	6-00
	<i>сахар-песок, чай пакет 2 гр.</i>		
200	Чай пакетик без сахара		4-00
	<i>вода, чай пакет 2 гр.</i>		
200	Чай с лимоном	ККАЛ-43, У-11	12-00
	<i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>		
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-2 435, Б-118, Ж-152, У-220	786-00
Итого за день		ККАЛ-2 435, Б-118, Ж-152, У-220	786-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор



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			
50	Запеканка печени с крупой и овощами <small>печень мясная, рис, лук репка, морковь свежая, капуста белокачанная свежая, яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-110, Б-6, Ж-4, У-8	35-00
45	Соус Сметано -томатный <small>сметана 15%, мука в/с, томат-паста, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-51, Б-1, Ж-5, У-3	24-00
150	Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	31-00
200	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	5-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-473, Б-15, Ж-15, У-72	104-00
Итого за день		ККАЛ-473, Б-15, Ж-15, У-72	104-00



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)
<u>завтрак</u>			
200	Каша солнышко (пшено, кукурузная) молочная с маслом	ККАЛ-66, Б-4, Ж-8, У-5	38-00
	<small>пшено шлифованное, кукурузная, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>		
200	Чай с лимоном	ККАЛ-43, У-11	5-00
	<small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>		
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-247, Б-8, Ж-10, У-42	51-00
<u>обед</u>			
200	Щи по-уральски со сметаной	ККАЛ-83, Б-2, Ж-5, У-8	35-00
	<small>капуста белокочанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>		
235	Плов петровский с мясом (перловка)	ККАЛ-371, Б-15, Ж-18, У-41	72-00
	<small>перловка, свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>		
200	Напиток из шиповника	ККАЛ-97, Б-1, У-20	12-00
	<small>шиповник, сахар-песок</small>		
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	5-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-719, Б-24, Ж-24, У-103	127-00
Итого за день		ККАЛ-966, Б-32, Ж-33, У-145	178-00


 ИП 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>			
12	Огурец солёный консервированный	ККАЛ-2	9-00
250	Щи по-уральски со сметаной <small>капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, пишено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-103, Б-3, Ж-6, У-10	44-00
240	Плов петровский с мясом (перловка) <small>перловка, свиная мясная нежирная п/ф, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-379, Б-16, Ж-18, У-42	73-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар-песок</small>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	12-00
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-813, Б-27, Ж-26, У-119	150-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с картофелем <small>картофель св, мука в с, масло растительное, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, лук репка, орожежи сух, соль йодированная</small>	ККАЛ-250, Б-5, Ж-11, У-33	25-00
200	Молоко свежее 2,5%	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	26-00
Итого за полдник		ККАЛ-357, Б-11, Ж-16, У-43	51-00
Итого за день		ККАЛ-1 170, Б-38, Ж-41, У-162	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>			
25	Огурец солёный консервированный	ККАЛ-3	17-00
280	Плов петровский с мясом (перловка) <small>перловка, свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-442, Б-18, Ж-21, У-49	85-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
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-770, Б-27, Ж-22, У-117	135-00
Итого за день		ККАЛ-770, Б-27, Ж-22, У-117	135-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Беленцева

Калькулятор

