

## меню (Раздача с 7 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>раздача</b>			
200	<b>Каша рисовая молочная с маслом</b> <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	<b>Блинчики</b> <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	<b>Сырники</b> <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	<b>Сметана</b>	ККАЛ-32, Б-1, Ж-3, У-1	16-00
20	<b>Молоко сгущенное</b> <i>молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%</i>	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
20	<b>Повидло или джем фруктовый</b>	ККАЛ-58, У-14	6-00
100	<b>Винегрет овощной</b> <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	<b>Салат Волшебный (печень, овощи, сухарики)</b> <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	52-00
250/20/10	<b>Свекольник с курицей, сметаной</b> <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	<b>Рыба под овощами</b> <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	<b>Мясо под шубой</b> <i>свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, картофель св, сметана 15%, сыр твердый (типа российский), соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-157, Б-9, Ж-11, У-3	67-00
80	<b>Котлета из филе курицы рубленая</b> <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	<b>Печень с луком</b> <i>печень мясная, лук репка, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-137, Б-12, Ж-7, У-7	72-00
150	<b>Макароньы отварные (регатоны)</b> <i>макароньы (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-209, Б-5, Ж-7, У-32	33-00
150	<b>Картофель отварной с маслом</b> <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-173, Б-3, Ж-9, У-12	31-00
150	<b>Гарнир Рис Цветной</b> <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	28-00
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	7-00
200	<b>Чай пакетик с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай пакет 2 гр.</i>	ККАЛ-60, У-15	6-00
200	<b>Чай пакетик без сахара</b> <i>вода, чай пакет 2 гр.</i>		4-00
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	12-00
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-70, Б-2, У-15	3-00
30	<b>Хлеб рисовой.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за раздaчу</b>		ККАЛ-2825, Б-109, Ж-117, У-313	711-00
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2825, Б-109, Ж-117, У-313	711-00

Директор  
МБОУ СОШ

ИП Беленева

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)
<b>завтрак</b>			
150	<b>Каша рисовая молочная с маслом</b> <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-147, Б-4, Ж-4, У-9	<b>29-00</b>
90	<b>Пудинг творожный</b> <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	<b>59-00</b>
10	<b>Джем фруктовый</b>	ККАЛ-29, У-7	<b>4-00</b>
200	<b>Чай Французский (с ванилью)</b> <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-41, У-10	<b>3-00</b>
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	<b>7-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-538, Б-17, Ж-16, У-70	<b>104-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-538, Б-17, Ж-16, У-70	<b>104-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ



ИП Бетевцева



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	<b>Каша рисовая молочная с маслом</b> <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная</small>	ККАЛ-196, Б-5, Ж-5, У-13	39-00
200	<b>Чай Французский (с ванилью)</b> <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	7-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>			<b>51-00</b>
<u>обед</u>			
200	<b>Свекольник со сметаной</b> <small>свекла свежая, картофель св, лук репка, морковь свежая, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль поваренная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-88, Б-2, Ж-5, У-10	22-00
240	<b>Мясо духовое с овощами</b> <small>картофель св, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, лук репка, масло растительное, томат-паста, мука в/с, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-315, Б-16, Ж-15, У-37	89-00
200	<b>Компот из изюма</b> <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	7-00
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>			<b>127-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>178-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ



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>			
5	<b>Помидор свежий с кукурузой</b> <i>помидоры свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-6	3-00
200	<b>Свекольник со сметаной</b> <i>свекла свежая, картофель св, лук репка, морковь свежая, сметана 15% масло растительное, томат-паста, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-88, Б-2, Ж-5, У-10	22-00
280	<b>Мясо духовое с овощами</b> <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	104-00
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	7-00
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-760, Б-28, Ж-24, У-117	<b>148-00</b>
<u>полдник</u>			
75	<b>Коржик Молочный</b> <i>мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко свежее 2,5%, яйцо, масло растительное, сода пищевая, ванилин</i>	ККАЛ-233, Б-5, Ж-8, У-50	31-00
200	<b>Кефир 2,5%</b>	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	22-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-334, Б-11, Ж-13, У-58	<b>53-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1093, Б-39, Ж-38, У-175	<b>201-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ



И.И. Белевцева



И.И. Белевцева



**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>			
20	<b>Помидор свежий с кукурузой</b> <i>помидоры свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-22, Ж-2, У-1	<b>12-00</b>
280	<b>Мясо духовое с овощами</b> <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	<b>104-00</b>
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	<b>7-00</b>
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	<b>8-00</b>
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	<b>4-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-688, Б-27, Ж-21, У-108	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-688, Б-27, Ж-21, У-108	<b>135-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор

