

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)
раздача			
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
70	Блинчики с яблоками <i>мука в/с, яблоки свежие, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло растительное, яйцо, соль йодированная, ванилин</i>	ККАЛ-187, Б-4, Ж-6, У-34	35-00
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	Огурец свежий с зеленью, маслом растительным <i>огурцы свежие, масло растительное, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), чеснок свежий, соль йодированная</i>	ККАЛ-53, Б-1, Ж-4, У-3	60-00
100	Салат Лев (овощи, морская капуста, сыр) <i>картофель св, свекла свежая, капуста морская консерва, масло растительное, сыр твердый (типа российский), лук репка, соль йодированная</i>	ККАЛ-270, Б-5, Ж-25, У-8	48-00
250/20/10	Суп крестьянский с курицей, сметаной <i>капуста белокочанная свежая, кури-тушка потрош., картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, пишено илифыванное, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-148, Б-7, Ж-9, У-10	44-00
70	Рыба под овощами <i>горбуша потрош., б/з, 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
70	Курица в яйце <i>куры-филе, яйцо, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-180, Б-15, Ж-10, У-6	65-00
70	Котлета Трио <i>фарш мясной, кури-филе, лук репка, масло растительное, батон нарезной, яйцо, крахмал картофельный, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-172, Б-12, Ж-12, У-5	60-00
80	Котлета курочка Ряба <i>куры-филе, сухари паниров., манка, лук репка, масло растительное, яйцо, молоко сухое 25%, соль йодированная, чеснок свежий</i>	ККАЛ-238, Б-11, Ж-13, У-19	60-00
65	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 запеченный <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-173, Б-3, Ж-9, У-18	46-00
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-204, Б-5, Ж-8, У-27	20-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
200	Напиток из с/фр, шиповника. <i>сухофрукты, сахар-песок, шиповник, лимонная кислота</i>	ККАЛ-93, Б-1, У-20	10-00
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-2023, Б-103, Ж-125, У-299	745-00
Итого за день		ККАЛ-2823, Б-104, Ж-125, У-299	745-00

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)
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
10	Масло сливочное	ККАЛ-58, Ж-6	19-00
20	Сыр порциями	ККАЛ-72, Б-5, Ж-6	26-00
200	Напиток из с/фр, шиповника. <small>сухофрукты, сахар-песок, шиповник, лимонная кислота</small>	ККАЛ-93, Б-1, У-20	10-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	7-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-573, Б-15, Ж-19, У-63	104-00
Итого за день		ККАЛ-573, Б-15, Ж-19, У-63	104-00

Директор
МБОУ СОШ



И.П. Беловцева



И.В. Зырянова

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 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 Итальянский (с корицей) <small>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</small>	ККАЛ-42, 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
<u>обед</u>			
190	Суп крестьянский со сметаной <small>капуста белокочанная свежая, картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, пишено шлифованное, масло сливочное 72.5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-120, Б-2, Ж-5, У-9	22-00
90	Ежики мясные в соусе <small>фарш мясной, лук репка, яйцо, рис, мука в/с, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72.5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-159, Б-9, Ж-11, У-5	49-00
150	Гарнир гречка с овощами <small>гречка, морковь свежая, лук репка, горошек зеленый консервир., масло растительное, масло сливочное 72.5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-172, Б-5, Ж-6, У-30	26-00
200	Напиток "Зимний букет" (яблоки, вишня) <small>яблоки свежие, сахар-песок, вишня сухая, лимон свежий</small>	ККАЛ-83, У-21	21-00
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



ИП Белогорова
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	Суп крестьянский со сметаной <small>капуста белокочанная свежая, картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, пишено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-126, Б-2, Ж-5, У-10	23-00
100	Ежики мясные в соусе <small>фарш мясной, лук репка, яйцо, рис, мука в/с, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-177, Б-10, Ж-12, У-5	60-00
180	Гарнир гречка с овощами <small>гречка, морковь свежая, лук репка, горошек зеленый консервир., масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-206, Б-6, Ж-8, У-36	32-00
200	Напиток "Зимний букет" (яблоки, вишня) <small>яблоки свежие, сахар-песок, вишня сухая, лимон свежий</small>	ККАЛ-83, У-21	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-825, Б-26, Ж-26, У-120	148-00
<u>полдник</u>			
80	Пирожок с картофелем <small>картофель св. мука в/с, масло растительное, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, лук репка, орешки сух, соль йодированная</small>	ККАЛ-267, Б-6, Ж-11, У-35	27-00
200	Молоко свежее 2,5%	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	26-00
Итого за полдник		ККАЛ-373, Б-12, Ж-16, У-45	53-00
Итого за день		ККАЛ-1198, Б-38, Ж-43, У-165	201-00

Директор
МБОУ СОШ



ИП Беленцева



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>			
13	Кукуруза порциями	ККАЛ-8, У-1	10-00
100	Ежики мясные в соусе <small>фарш мясной, лук репка, яйцо, рис, мука в/с, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-177, Б-10, Ж-12, У-5	60-00
180	Гарнир гречка с овощами <small>гречка, морковь свежая, лук репка, горошек зеленый консервир., масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-206, Б-6, Ж-8, У-36	32-00
200	Напиток "Зимний букет" (яблоки, вишня) <small>яблоки свежие, сахар-песок, вишня сухая, лимон свежий</small>	ККАЛ-83, У-21	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-707, Б-25, Ж-21, У-112	135-00
Итого за день		ККАЛ-707, Б-25, Ж-21, У-112	135-00

Директор
МБОУ СОШ

