

меню (Раздача 7 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>раздача</u>			
	Каша солнышко (пшено, кукурузная) молочная с маслом	ККАЛ-66, Б-4, Ж-8, У-5	38-00
200	<i>пшено шлифованное, кукурузная, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>		
	Оладьи с бананом	ККАЛ-281, Б-7, Ж-11, У-42	29-00
100	<i>мука в/с, бананы свежие, масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, дрожжи сух, соль йодированная</i>		
	Молоко сгущенное	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
20	<i>молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%</i>		
	Салат Витаминный (капуста, яблоко)	ККАЛ-229, Б-1, Ж-20, У-13	28-00
100	<i>капуста белокачанная свежая, яблоки свежие, масло растительное, сахар-песок, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), лимонная кислота, соль йодированная</i>		
	Салат Десертный со свининой	ККАЛ-341, Б-9, Ж-29, У-6	75-00
100	<i>свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, огурцы свежие, масло растительное, чернослив б/к, орех грецкий, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i>		
	Щи "По - Уральски" с мясом	ККАЛ-127, Б-10, Ж-8, У-8	52-00
250/25	<i>капуста белокачанная свежая, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, лук репка, томат-паста, пшено илифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>		
	Рыба - филе навага в сметане	ККАЛ-78, Б-13, Ж-2, У-1	55-00
100	<i>навага б/с и/п, сметана 15%, морковь свежая, лук репка, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>		
	Бризоль из курицы	ККАЛ-220, Б-17, Ж-24, У-1	75-00
70	<i>кури-филе, сыр твердый (типа российский), яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>		
	Котлета сельская запеченая	ККАЛ-218, Б-15, Ж-17, У-1	75-00
80	<i>фарш мясной, лук репка, яйцо, масло растительное, соль йодированная</i>		
	Печень по-деревенски	ККАЛ-162, Б-16, Ж-10, У-2	83-00
70	<i>печень мясная, яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>		
	Макароньы отварные (спираль)	ККАЛ-89, Б-5, Ж-6, У-26	32-00
150	<i>макароньы (спираль), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>		
	Картофельное пюре	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	28-00
150	<i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>		
	Овощи здоровье	ККАЛ-58, Б-3, Ж-3, У-5	68-00
100	<i>капуста цветная св/м, капуста брокколи св/м, перец болгарский, масло растительное, лимон свежий, соль йодированная</i>		
	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	20-00
200			
	Чай пакетик с сахаром	ККАЛ-60, У-15	6-00
200	<i>сахар-песок, чай пакет 2 гр.</i>		
	Чай пакетик без сахара		4-00
200	<i>вода, чай пакет 2 гр.</i>		
	Чай с лимоном	ККАЛ-43, У-11	12-00
200	<i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>		
	Хлеб пшеничный	ККАЛ-70, Б-2, У-15	3-00
30			
	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
30			
Итого за раздача		ККАЛ-2 359, Б-110, Ж-146, У-212	699-00
Итого за день		ККАЛ-2 359, Б-110, Ж-146, У-212	699-00

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 крупной и овощами <small>печень мясная, рис, лук репка, морковь свежая, капуста белокочанная свежая, яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-110, Б-6, Ж-4, У-8	35-00
50	Соус Сметано -томатный <small>сметана 15%, мука в/с, томат-паста, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-56, Б-1, Ж-6, У-3	27-00
150	Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	28-00
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-479, Б-15, Ж-16, У-72	104-00
Молочная перемена			
200	Молоко свежее 2,5%	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
Итого за Молочная перемена		ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
Итого за день		ККАЛ-586, Б-21, Ж-21, У-82	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 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
обед			
200	Щи по-уральски со сметаной	ККАЛ-83, Б-2, Ж-5, У-8	35-00
	<small>капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>		
200	Плов петровский с мясом (перловка)	ККАЛ-316, Б-13, Ж-15, У-35	64-00
	<small>перловка, свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>		
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	20-00
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-659, Б-22, Ж-21, У-97	127-00
Итого за день		ККАЛ-906, Б-30, Ж-31, У-140	178-00

Директор
МБОУ СОШ № 3



ИП Белевцева

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>			
3	Огурец солёный консервированный		2-00
200	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-83, Б-2, Ж-5, У-8	35-00
240	Плов петровский с мясом (перловка) <small>перловка, свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-379, Б-16, Ж-18, У-42	77-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	24-00
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-805, Б-26, Ж-25, У-124	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, дрожжи 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-1 161, Б-37, Ж-41, У-167	201-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор

11.12.2024 (с 12 лет (2 смена), 3ср)

меню (с 12 лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
15	Огурец солёный консервированный	ККАЛ-2	10-00
280	Плов петровский с мясом (перловка)	ККАЛ-442, Б-18, Ж-21, У-49	89-00
<small>перловка, свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	24-00
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-787, Б-26, Ж-23, У-123	135-00
Итого за день		ККАЛ-787, Б-26, Ж-23, У-123	135-00

Директор
МБОУ СОШ

И.Г. Белевцева

Калькулятор

