

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)
<i>раздача</i>			
200	Каша пшеничная молочная с маслом <i>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-202, Б-7, Ж-9, У-20	38-00
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
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
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, лук репка</i>	ККАЛ-122, Б-2, Ж-10, У-8	30-00
100	Салат Здоровье (с печенью) <i>лук репка, огурцы консервированные, печень мясная, масло растительное, горошек зеленый консервир., соль йодированная</i>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-20, У-5	55-00
250	Свекольник Литовский с яйцом, сметаной <i>свекла свежая, картофель св, яйцо, огурцы консервированные, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-132, Б-4, Ж-9, У-11	36-00
70	Рыба под сыром с помидором <i>горбуша потрош. б/г, помидоры свежие, лук репка, сыр твердый (типа российский), сметана 15%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-106, Б-12, Ж-7, У-1	84-00
70	Гурман из кур <i>куры-филе, яйцо, сметана 15%, масло растительное, крахмал картофельный, чеснок свежий, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-199, Б-14, Ж-12, У-5	75-00
70	Котлета Рига (куры) <i>куры-филе, сыр твердый (типа российский), масло сливочное 72,5%, сухари паниров., яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-229, Б-14, Ж-14, У-8	77-00
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	Макароньы отварные (регатоны) <i>макароньы (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-209, Б-5, Ж-7, У-32	33-00
150	Капуста тушеная <i>капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-73, Б-2, Ж-3, У-8	35-00
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	31-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
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-2 644, Б-104, Ж-124, У-266	724-00
Итого за день		ККАЛ-2 644, Б-104, Ж-124, У-266	724-00

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			
200	Каша пшеничная молочная с маслом <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-202, Б-7, Ж-9, У-20	38-00
85	Запеканка "Нежная" с творогом <small>творог свежий 9%, рис, яйцо, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, сухари паниров., соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-109, Б-7, Ж-9, У-13	48-00
20	Джем фруктовый	ККАЛ-58, У-14	6-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</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-548, Б-19, Ж-20, У-84	104-00
Итого за день		ККАЛ-548, Б-19, Ж-20, У-84	104-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

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 пшениная молочная с маслом <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72.5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-202, Б-7, Ж-9, У-20	38-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</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			50-00
<u>обед</u>			
200	Свекольник Литовский с яйцом, сметаной <small>свекла свежая, картофель св, яйцо, огурцы консервированные, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-106, Б-3, Ж-7, У-9	29-00
70	Суфле из печени <small>печень мясная, рис, лук репка, свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-97, Б-11, Ж-5, У-2	53-00
50	Соус Красный основной <small>морковь свежая, томат-паста, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72.5%, сахар-песок, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-20, Ж-1, У-3	6-00
150	Гарнир Рис Цветной <small>рис о/п, масло сливочное 72.5%, морковь свежая, кукуруза консервированная, горошек зеленый консервир., соль йодированная</small>	ККАЛ-186, Б-4, Ж-4, У-34	28-00
200	Чай Французский (с ванилью) <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
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			128-00
Итого за день			178-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Беленева

Беленева

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 Литовский с яйцом, сметаной <small>свекла свежая, картофель св. яйцо, огузки консервированные, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-106, Б-3, Ж-7, У-9	29-00
80	Суфле из печени <small>печень мясная, рис, лук репка, свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-111, Б-13, Ж-6, У-3	60-00
50	Соус Красный основной <small>морковь свежая, томат-паста, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-20, Ж-1, У-3	6-00
180	Гарнир Рис Цветной <small>рис о.п., масло сливочное 72,5%, морковь свежая, кукуруза консервированная, горошек зеленый консервир., соль йодированная</small>	ККАЛ-224, Б-4, Ж-5, У-41	34-00
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-785, Б-29, Ж-19, У-123	162-00
<u>полдник</u>			
55	Булочка Домашняя <small>мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-83, Б-3, Ж-4, У-6	17-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	22-00
Итого за полдник		ККАЛ-183, Б-9, Ж-9, У-14	39-00
Итого за день		ККАЛ-967, Б-38, Ж-28, У-138	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	Горошек зелёный	ККАЛ-10, Б-1, У-2	14-00
90	Суфле из печени <small>печень мясная, рис, лук репка, свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-125, Б-14, Ж-6, У-3	66-00
50	Соус Красный основной <small>морковь свежая, томат-паста, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-20, Ж-1, У-3	6-00
180	Гарнир Рис Цветной <small>рис о/п, масло сливочное 72,5%, морковь свежая, кукуруза консервированная, горошек зелёный консервир., соль йодированная</small>	ККАЛ-224, Б-4, Ж-5, У-41	34-00
200	Чай Французский (с ванилью) <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
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-652, Б-28, Ж-13, У-107	135-00
Итого за день		ККАЛ-652, Б-28, Ж-13, У-107	135-00

 Директор
МБОУ СОШ


ИП Беленцева

Калькулятор