

меню (Раздача с 7лет и старше)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>раздача</u> | | | |
| 200 | Каша манная молочная с маслом <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small> | ККАЛ-214, Б-9, Ж-11, У-25 | 34-00 |
| 70 | Блинчики с бананом <small>бананы свежие, мука в/с, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная</small> | ККАЛ-144, Б-4, Ж-3, У-28 | 45-00 |
| 200/10 | Вареники с картофелем <small>картофель св, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, яйцо, молоко сухое 25%, сахар-песок, соль йодированная</small> | ККАЛ-371, Б-9, Ж-12, У-59 | 55-00 |
| 105 | Пельмени мясные отварные <small>мука в/с, свинина мясная нежирная п/ф, говядина п/ф, масло сливочное 72,5%, лук репка, яйцо, соль йодированная, сахар-песок</small> | ККАЛ-224, Б-11, Ж-11, У-19 | 65-00 |
| 20 | Молоко сгущенное <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%</small> | ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10 | 13-00 |
| 20 | Повидло или джем фруктовый | ККАЛ-58, У-14 | 6-00 |
| 100 | Маринад овощной <small>морковь свежая, лук репка, томат-паста, масло растительное, лимон свежий, сахар-песок</small> | | 31-00 |
| 100 | Салат Лакомка <small>куры-филе, огуры свежие, масло растительное, яйцо, горошек зеленый консервир., соль йодированная</small> | ККАЛ-222, Б-6, Ж-20, У-1 | 60-00 |
| 200/20/10 | Ши из св. капусты с курицей, сметаной. <small>капуста белокачанная свежая, куры-тушка потрош., картофель св, сметана 15%, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-128, Б-7, Ж-9, У-7 | 46-00 |
| 80 | Рыба в яйце <small>минтай филе, яйцо, мука в/с, масло растительное, соль йодированная</small> | ККАЛ-103, Б-12, Ж-5, У-4 | 73-00 |
| 70 | Рыба - филе навага в сметане <small>навага б/г п/п, сметана 15%, морковь свежая, лук репка, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small> | ККАЛ-54, Б-9, Ж-2, У-1 | 51-00 |
| 90 | Гуляш из курицы с луком <small>куры-филе, лук репка, масло растительное, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</small> | ККАЛ-171, Б-7, Ж-9, У-2 | 65-00 |
| 80 | Комлета татарская (куры, свинина) <small>свинина мясная нежирная п/ф, куры-филе, лук репка, мука в/с, хлеб белый нарезной, яйцо, соль йодированная</small> | ККАЛ-177, Б-13, Ж-9, У-10 | 62-00 |
| 90 | Колобок с печенью <small>картофель св, печень мясная, яйцо, лук репка, мука в/с, сыр твердый (типа российский), масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small> | ККАЛ-132, Б-9, Ж-5, У-11 | 56-00 |
| 150 | Макароньы отварные (рожки) <small>макароньы (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small> | ККАЛ-149, Б-5, Ж-7, У-29 | 33-00 |
| 150 | Картофель запеченный <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-173, Б-3, Ж-9, У-18 | 46-00 |
| 150 | Гарнир гречка с морковью <small>гречка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, лук репка, соль йодированная</small> | ККАЛ-175, Б-5, Ж-6, У-24 | 24-00 |
| 200 | Сок фруктовый | ККАЛ-92, Б-1, У-20 | 21-00 |
| 200 | Чай пакетик с сахаром <small>сахар-песок, чай пакет 2 гр.</small> | ККАЛ-60, У-15 | 6-00 |
| 200 | Чай пакетик без сахара <small>вода, чай пакет 2 гр.</small> | | 4-00 |
| 200 | Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small> | 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-2 874, Б-116, Ж-121, У-333 | 814-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-2 874, Б-116, Ж-121, У-333 | 814-00 |


 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 | | | |
| 65 | Суфле мясное Мамино <i>фарш мясной, лук репка, геркулес, яйцо, масло растительное, сухари паниров., соль йодированная</i> | ККАЛ-151, Б-7, Ж-10, У-7 | 45-00 |
| 50 | Соус Томат <i>томат-паста, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-25, Ж-2, У-2 | 9-00 |
| 150 | Гарнир гречка с морковью <i>гречка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, лук репка, соль йодированная</i> | ККАЛ-175, Б-5, Ж-6, У-24 | 24-00 |
| Компот из смеси ягод | | | |
| 200 | (смородины, вишни, яблок св/мор) <i>ягодно-фруктовая смесь(смородина черная, вишня, яблоко), сахар-песок, лимон свежий</i> | ККАЛ-52, У-12 | 17-00 |
| 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-540, Б-18, Ж-19, У-72 | 104-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-540, Б-18, Ж-19, У-72 | 104-00 |

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор



14.02.2025 (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см), 4шт)

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 манная молочная с маслом <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small> | ККАЛ-214, Б-9, Ж-11, У-25 | 34-00 |
| 200 | Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай батховый</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-393, Б-14, Ж-12, У-62 | 46-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 150 | Щи из св. капусты с картофелем <small>капуста белокочанная свежая, картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-51, Б-1, Ж-3, У-5 | 19-00 |
| 85 | Фишболы с соусом <small>минтай филе, сметана 15%, картофель св, лук репка, сухари паниров., масло растительное, огурцы свежие, молоко сухое 25%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), чеснок свежий</small> | ККАЛ-189, Б-9, Ж-9, У-7 | 60-00 |
| 150 | Макароньы отварные (рожки) <small>макароньы (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small> | ККАЛ-149, Б-5, Ж-7, У-29 | 33-00 |
| 200 | Напиток апельсиновый <small>апельсины св, сахар-песок, лимон свежий</small> | ККАЛ-50, У-13 | 12-00 |
| 50 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-117, Б-4, У-25 | 6-00 |
| 20 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-34, Б-1, У-7 | 2-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-590, Б-20, Ж-19, У-85 | 132-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-983, Б-34, Ж-32, У-146 | 178-00 |

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> | | | |
| 200 | Щи из св. капусты с картофелем <small>капуста белокочанная свежая, картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-68, Б-2, Ж-4, У-7 | 26-00 |
| 90 | Фишболы с соусом <small>минтай филе, сметана 15%, картофель св, лук репка, сухари паниров., масло растительное, огурцы свежие, молоко сухое 25%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), чеснок свежий</small> | ККАЛ-200, Б-10, Ж-9, У-7 | 62-00 |
| 180 | Макаронны отварные (рожки) <small>макаронны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small> | ККАЛ-179, Б-6, Ж-8, У-35 | 40-00 |
| 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-771, Б-26, Ж-23, У-117 | 161-00 |
| <u>полдник</u> | | | |
| 90 | Булочка дорожная <small>мука в/с, сахар-песок, масло растительное, дрожжи сух, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small> | ККАЛ-199, Б-7, Ж-12, У-24 | 18-00 |
| 200 | Кефир 2,5% | ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8 | 22-00 |
| Итого за полдник | | ККАЛ-299, Б-12, Ж-17, У-32 | 40-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 070, Б-38, Ж-40, У-148 | 201-00 |

Директор
МБОУ СОШ



ИП Беленева

Handwritten signature

Калькулятор

14.02.2025 (с 12 лет (2 смена), 4шт)

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> | | | |
| 100 | Фишболы с соусом <small>минтай филе, сметана 15%, картофель св, лук репка, сухари паниров., масло растительное, огурцы свежие, молоко сухое 25%, мука в/с, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), чеснок свежий</small> | ККАЛ-222, Б-11, Ж-10, У-8 | 71-00 |
| 180 | Макароньы отварные (рожки) <small>макароньы (рожки), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small> | ККАЛ-179, Б-6, Ж-8, У-35 | 40-00 |
| 200 | Напиток апельсиновый <small>апельсины св, сахар-песок, лимон свежий</small> | ККАЛ-50, У-13 | 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-683, Б-25, Ж-19, У-103 | 135-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-683, Б-25, Ж-19, У-103 | 135-00 |

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор

