

меню (Раздача 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-230, Б-5, Ж-10, У-31 | 39-00 |
| 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 |
| 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 | 44-00 |
| 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 | 29-00 |
| 100 | Салат Волшебный (печень, овощи, сухарики) <i>печень мясная, лук репка, 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 | Свекольник с курицей, сметаной <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 | Рыба под овощами <i>горбуша потрош с/с, 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 | 78-00 |
| 75 | Мясо под шубой <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 | 63-00 |
| 70 | Котлета из филе курицы рубленая <i>кури-филе, хлеб белый нарезной, сухари панциров., масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i> | ККАЛ-164, Б-14, Ж-6, У-13 | 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 | Макаронны отварные (регатоны) <i>макаронны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i> | ККАЛ-209, Б-5, Ж-7, У-32 | 32-00 |
| 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 | 28-00 |
| 150 | Гарнир Рис Цветной <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 | 27-00 |
| 200 | Сок фруктовый | ККАЛ-92, Б-1, У-20 | 20-00 |
| 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-2 771, Б-107, Ж-120, У-314 | 680-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-2 771, Б-107, Ж-120, У-314 | 680-00 |

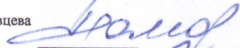
ИП Белевцева

Калькулятор



14.11.2024 (7-11 лет (1 смена), 3чт)

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 | | | |
| 150 | Каша рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small> | ККАЛ-173, Б-4, Ж-7, У-23 | 28-00 |
| 90 | Пудинг творожный <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-7, У-17 | 59-00 |
| 20 | Подливка из джема или повидла <small>джем в ассортименте, мука в/с</small> | ККАЛ-23, У-6 | 6-00 |
| 200 | Чай Французский (с ванилью) <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small> | ККАЛ-41, У-10 | 3-00 |
| 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-558, Б-17, Ж-15, У-83 | 104-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-558, Б-17, Ж-15, У-83 | 104-00 |
| 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 рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small> | ККАЛ-230, Б-5, Ж-10, У-31 | 39-00 |
| 200 | Чай Французский (с ванилью) <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small> | ККАЛ-41, У-10 | 3-00 |
| 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-409, Б-10, Ж-11, У-67 | 50-00 |
| обед | | | |
| 15 | Помидор свежий с кукурузой <small>помидоры свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная</small> | ККАЛ-17, Ж-1, У-1 | 8-00 |
| 200 | Свекольник со сметаной <small>свекла свежая, картофель св, лук репка, морковь свежая, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small> | ККАЛ-88, Б-2, Ж-5, У-10 | 20-00 |
| 240 | Мясо духовое с овощами <small>картофель св, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, лук репка, масло растительное, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-315, Б-16, Ж-15, У-37 | 87-00 |
| 200 | Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small> | ККАЛ-66, У-16 | 5-00 |
| 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-655, Б-23, Ж-23, У-98 | 128-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 064, Б-33, Ж-34, У-166 | 178-00 |

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор



14.11.2024 (ДИ, ОВЗ с 12 лет (2 см), 3чт)

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> | | | |
| 18 | Помидор свежий с кукурузой <small>помидоры свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная</small> | ККАЛ-20, Ж-2, У-1 | 9-00 |
| 200 | Свекольник со сметаной <small>свекла свежая, картофель св, лук репка, морковь свежая, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small> | ККАЛ-88, Б-2, Ж-5, У-10 | 20-00 |
| 280 | Мясо духовое с овощами <small>картофель св, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, лук репка, масло растительное, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-368, Б-18, Ж-18, У-43 | 102-00 |
| 200 | Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small> | ККАЛ-66, У-16 | 5-00 |
| 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-774, Б-28, Ж-26, У-118 | 148-00 |
| <u>полдник</u> | | | |
| 75 | Коржик Молочный <small>мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко свежее 2,5%, яйцо, масло растительное, сода пищевая, ванилин</small> | ККАЛ-233, Б-5, Ж-8, У-50 | 31-00 |
| 200 | Кефир 2,5% | ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8 | 22-00 |
| Итого за полдник | | ККАЛ-334, Б-11, Ж-13, У-58 | 53-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1108, Б-39, Ж-39, У-176 | 201-00 |

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор



14.11.2024 (с 12 лет (2 смена), 3чт)

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> | | | |
| 30 | Помидор свежий с кукурузой <i>помидоры свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная</i> | ККАЛ-34, Ж-3, У-2 | 16-00 |
| 280 | Мясо духовое с овощами <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 | 102-00 |
| 200 | Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i> | ККАЛ-66, У-16 | 5-00 |
| 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-699, Б-27, Ж-22, У-109 | 135-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-699, Б-27, Ж-22, У-109 | 135-00 |



ИП Белевцева

Калькулятор