

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 рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-196, Б-5, Ж-5, У-13	39-00
100	Оладьи с яблоками мука в/с, яйцо, яблоки свежие, масло растительное, молоко сухое 25%, сахар-песок, дрожжи сух	ККАЛ-282, Б-8, Ж-12, У-40	30-00
20	Молоко сгущенное молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
20	Повидло или джем фруктовый	ККАЛ-58, У-14	6-00
100	Салат Курица Корейка картофель св, кури-филе, морковь свежая, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий	ККАЛ-187, Б-16, Ж-8, У-14	57-00
100	Салат Морковь с сыром морковь свежая, сыр твердый (типа российский), масло растительное, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная	ККАЛ-257, Б-5, Ж-25, У-5	45-00
200/10/10	Суп овощной с курицей сметаной. картофель св, капуста белокачанная свежая, кури-тушка потрош., сметана 15%, лук репка, морковь свежая, горошек зеленый консервир., масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-101, Б-4, Ж-7, У-8	38-00
80	Рыба в яйце минтай филе, яйцо, мука в/с, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-103, Б-12, Ж-5, У-4	73-00
70	Наггетсы кур кури-филе, сухари паниров., мука в/с, яйцо, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-197, Б-14, Ж-10, У-18	45-00
80	Зразы с луком, яйцом свинина мясная нежирная п.ф, лук репка, яйцо, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-249, Б-11, Ж-17, У-11	61-00
80	Печень по - строгановски. печень мясная, сметана 15%, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная	ККАЛ-116, Б-11, Ж-7, У-3	74-00
150	Макароны отварные (спираль) макароны (спираль), масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-89, Б-5, Ж-6, У-26	33-00
150	Картофель запеченный картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-173, Б-3, Ж-9, У-18	50-00
100	Овощи здоровье капуста цветная св.м, капуста брокколи св.м, перец болгарский, масло растительное, лимон свежий, соль йодированная	ККАЛ-58, Б-3, Ж-3, У-5	68-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
200	Компот из кураги курага без косточки, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-87, Б-1, У-20	17-00
200	Чай пакетик с сахаром сахар-песок, чай пакет 2 гр.	ККАЛ-60, У-15	6-00
200	Чай пакетик без сахара вода, чай пакет 2 гр.		4-00
200	Чай с лимоном сахар-песок, лимон свежий, чай байховый	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-2 529, Б-104, Ж-115, У-279	698-00
Итого за день		ККАЛ-2 529, Б-104, Ж-115, У-279	698-00

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			
90	Салат Нежность (морковь,зел.горошек) морковь свежая, горошек зеленый консервир., масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-100, Б-1, Ж-3, У-8	27-00
150	Омлет натуральный запеченный. яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная	ККАЛ-211, Б-13, Ж-12, У-22	65-00
200	Чай Русский сахар-песок, чай байховый	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-489, Б-18, Ж-16, У-67	104-00
Итого за день		ККАЛ-489, Б-18, Ж-16, У-67	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 рисовая молочная с маслом рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-196, Б-5, Ж-5, У-13	39-00
200	Чай Русский сахар-песок, чай байховый	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-375, Б-10, Ж-6, У-49	51-00
обед			
150	Суп овощной со сметаной картофель св, капуста белокачанная свежая, лук репка, морковь свежая, сметана 15%, горошек зеленый консервир., масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-141, Б-1, Ж-6, У-6	22-00
55	Котлета кур "быстро" куры-филе, сухари паниров., лук репка, масло растительное	ККАЛ-151, Б-10, Ж-8, У-8	41-00
50	Соус Красный основной морковь свежая, томат-паста, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-20, Ж-1, У-3	6-00
150	Гарнир каша перловая с овощами перловка, масло сливочное 72,5%, лук репка, морковь свежая, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-212, Б-4, Ж-3, У-20	32-00
200	Компот из вишни сухой вишня сухая, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-120, У-30	17-00
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		ККАЛ-812, Б-21, Ж-19, У-102	127-00
Итого за день		ККАЛ-1 186, Б-31, Ж-25, У-151	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>			
230	Суп овощной со сметаной картофель св, капуста белокачанная свежая, лук репка, морковь свежая, сметана 15%, горошек зеленый консервир., масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-216, Б-2, Ж-9, У-10	34-00
55	Котлета кур "быстро" куры-филе, сухари паниров., лук репка, масло растительное	ККАЛ-151, Б-10, Ж-8, У-8	41-00
50	Соус Красный основной морковь свежая, томат-паста, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-20, Ж-1, У-3	6-00
180	Гарнир каша перловая с овощами перловка, масло сливочное 72,5%, лук репка, морковь свежая, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-255, Б-5, Ж-4, У-24	38-00
200	Компот из вишни сухой вишня сухая, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-120, У-30	17-00
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-993, Б-25, Ж-23, У-123	148-00
<u>полдник</u>			
85	Булочка Ванильная мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная, дрожжи сух, ванилин	ККАЛ-277, Б-7, Ж-6, У-48	27-00
200	Молоко свежее 2,5%	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	26-00
Итого за полдник		ККАЛ-384, Б-13, Ж-11, У-57	53-00
Итого за день		ККАЛ-1 377, Б-38, Ж-34, У-180	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>			
10	Огурец свежий с зеленью, маслом растительным <i>огурцы свежие, масло растительное, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), чеснок свежий, соль йодированная</i>	ККАЛ-5	7-00
75	Котлета кур "бистро" <i>куры-филе, сухари паниров., лук репка, масло растительное</i>	ККАЛ-205, Б-14, Ж-12, У-10	55-00
50	Соус Красный основной <i>морковь свежая, томат-паста, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-20, Ж-1, У-3	6-00
180	Гарнир каша перловая с овощами <i>перловка, масло сливочное 72,5%, лук репка, морковь свежая, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-255, Б-5, Ж-4, У-24	38-00
200	Компот из вишни сухой <i>вишня сухая, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-120, У-30	17-00
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-838, Б-27, Ж-17, У-116	135-00
Итого за день		ККАЛ-838, Б-27, Ж-17, У-116	135-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор