

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 ячневая молочная с маслом <i>ячка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-11, У-38	37-00
70	Блинчики с бананом <i>бананы свежие, мука в/с, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-144, Б-4, Ж-3, У-28	45-00
200/10	Вареники с картофелем <i>картофель св, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, яйцо, молоко сухое 25%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-371, Б-9, Ж-12, У-59	55-00
200	Вареники с творогом <i>творог свежий 9%, мука в/с, масло сливочное 72,5%, яйцо, сахар-песок, соль йодированная, ванилин</i>	ККАЛ-353, Б-9, Ж-12, У-56	80-00
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
20	Сметана	ККАЛ-32, Б-1, Ж-3, У-1	16-00
100	Салат Свеклы с орехом <i>свекла свежая, масло растительное, орех грецкий, сыр твердый (типа российский), зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i>	ККАЛ-244, Б-3, Ж-22, У-9	31-00
100	Салат Голубая Лагуна (рыба, яйцо, овощи) <i>картофель св, консерва сайра в/м, масло растительное, яйцо, огурцы консервированные, лук репка, соль йодированная</i>	ККАЛ-255, Б-6, Ж-23, У-5	56-00
250/12, 5	Суп картофельный с мясными фрикадельками <i>картофель св, фарш мясной, лук репка, морковь свежая, томат-паста, масло сливочное 72,5%, яйцо, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-149, Б-6, Ж-7, У-17	44-00
100	Рыба - филе навага в сметане <i>навага б/г н/п, сметана 15%, морковь свежая, лук репка, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-78, Б-13, Ж-2, У-1	57-00
80	Курочка в картофельной шубке <i>куры-филе, картофель св, яйцо, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-196, Б-16, Ж-12, У-2	65-00
50	Биточки по-белорусски <i>свинина мясная нежирная п/ф, говядина п/ф, лук репка, яйцо, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-152, Б-10, Ж-12, У-1	64-00
80	Комлета кур "быстро" <i>куры-филе, сухари паниров., лук репка, масло растительное</i>	ККАЛ-219, Б-14, Ж-12, У-11	58-00
70	Печень по-японски <i>печень мясная, масло растительное, яйцо, томат-паста, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-162, Б-12, Ж-11, У-3	73-00
150	Макароньы отварные (рожки) <i>макароньы (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-149, Б-5, Ж-7, У-29	32-00
150	Овощное ассорти (капуста цветная, брокколи, картофель....) <i>картофель св, капуста брокколи св/м, морковь свежая, капуста цветная св/м, капуста белокачанная свежая, лук репка, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-142, Б-3, Ж-7, У-17	40-00
150	Гарнир Рис отварной с зеленью <i>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-205, Б-4, Ж-5, У-32	26-00
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-3 569, Б-130, Ж-163, У-403	846-00
Итого за день		ККАЛ-3 569, Б-130, Ж-163, У-403	846-00

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			
60	Пудинг мясной <i>фарш мясной, лук репчатый, яйцо, ячма, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-135, Б-7, Ж-12, У-3	47-00
50	Соус Томат <i>томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-25, Ж-2, У-2	9-00
150	Гарнир Рис отварной с зеленью <i>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-205, Б-4, Ж-5, У-32	26-00
200	Напиток из вишни, шиповника <i>шиповник, сахар-песок, вишня сухая</i>	ККАЛ-99, Б-1, У-20	14-00
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			104-00
Молочная перемена			
200	Молоко стерилизованное 2,5%	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
Итого за Молочная перемена			=
Итого за день			104-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Беловцева

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 ячневая молочная с маслом <small>ячка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-11, У-38	37-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	20-00
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-513, Б-13, Ж-12, У-85	65-00
обед			
200	Суп картофельный со сметаной <small>картофель св. морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-91, Б-2, Ж-4, У-12	25-00
195	Рагу овощное с мясом <small>картофель св. шпик мясной нежирная п/ф, морковь свежая, лук репка, капуста белокачанная свежая, масло сливочное 72,5%, специи, зелень консервир., соль йодированная</small>	ККАЛ-300, Б-13, Ж-16, У-31	75-00
200	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, 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-627, Б-21, Ж-21, У-94	113-00
Итого за день		ККАЛ-1 140, Б-33, Ж-33, У-179	178-00

Директор
МБОУ СОШ

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>			
5	Огурец свежий порц. <small>огурцы све. зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</small>	ККАЛ-1	3-00
200	Суп картофельный со сметаной <small>картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-91, Б-2, Ж-4, У-12	25-00
240	Рагу овощное с мясом <small>картофель св, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, лук репка, капуста белокочанная свежая, масло сливочное 72,5%, горошек зеленый консервир., соль йодированная</small>	ККАЛ-370, Б-16, Ж-19, У-38	92-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	20-00
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-786, Б-27, Ж-25, У-118	152-00
<u>полдник</u>			
80	Булочка с повидлом <small>мука в/с, яйца в перышке, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух.</small>	ККАЛ-291, Б-6, Ж-6, У-53	27-00
200	Кефир	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	22-00
Итого за полдник		ККАЛ-391, Б-12, Ж-11, У-61	49-00
Итого за день		ККАЛ-1 178, Б-38, Ж-36, У-179	201-00

Директор
МБОУ СОШ



ИП Беденцева

Калькулятор

17.12.2024 (с 12 лет (2 смена), 4вт)

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>			
15	Огурец свежий порц. <small>огурцы св. зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св. соль</small>	ККАЛ-2	10-00
280	Рагу овощное с мясом <small>картофель св. свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, лук репка, капуста белокачанная свежая, масло сливочное 72,5%, горошек зеленый консервир., соль йодированная</small>	ККАЛ-431, Б-18, Ж-22, У-44	108-00
200	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	5-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржано-пшеничный	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-733, Б-27, Ж-23, У-109	135-00
Итого за день		ККАЛ-733, Б-27, Ж-23, У-109	135-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Беленева

Калькулятор

