

меню (Раздача с 7лет 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 ячка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-283, Б-7, Ж-11, У-38	37-00
200/10	Вареники с картофелем картофель св, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, яйцо, молоко сухое 25%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-371, Б-9, Ж-12, У-59	56-00
70	Блинчики с бананом бананы свежие, мука в/с, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-144, Б-4, Ж-3, У-28	45-00
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	Винегрет овощной картофель св, свекла свежая, морковь свежая, огурцы консервированные, горошек зеленый консервир., масло растительное	ККАЛ-122, Б-2, Ж-10, У-8	30-00
100	Салат МИФ (мясо,яйцо,овощи) свинина мясная нежирная п/ф, картофель св, горошек зеленый консервир., яйцо, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-278, Б-10, Ж-25, У-5	59-00
250	Уха из петуха куры-петуха потрош., перловка, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-187, Б-8, Ж-8, У-24	38-00
70	Рыба под овощами горбуша потрош. б/г, лук репка, морковь свежая, сыр твердый (типа российский), сметана 15%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная	ККАЛ-128, Б-13, Ж-8, У-3	85-00
70	Бризоль из курицы куры-филе, сыр твердый (типа российский), яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная	ККАЛ-220, Б-17, Ж-24, У-1	75-00
80	Котлета курочка Ряба куры-филе, сухари паниров., манка, лук репка, масло растительное, яйцо, молоко сухое 25%, соль йодированная, чеснок свежий	ККАЛ-238, Б-11, Ж-13, У-19	60-00
90	Колобок с печенью картофель св, печень мясная, яйцо, лук репка, мука в/с, сыр твердый (типа российский), масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-132, Б-9, Ж-5, У-11	56-00
150	Макароны отварные (регатоны) макароны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-209, Б-5, Ж-7, У-32	33-00
150	Картофельное пюре картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	36-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
200	Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-67, У-16	5-00
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-2 928, Б-106, Ж-133, У-360	683-00
Итого за день		ККАЛ-2 928, Б-106, Ж-133, У-360	683-00

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			
25	Огурец солёный консервированный	ККАЛ-3	18-00
240	Каша Исландская с курицей (рис) рис, кури-филе, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль поваренная	ККАЛ-342, Б-15, Ж-15, У-40	76-00
200	Чай Итальянский (с корицей) сахар-песок, чай байховый, корица молотая	ККАЛ-42, У-10	3-00
40	Хлеб пшеничный	ККАЛ-94, Б-3, У-20	5-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-515, Б-19, Ж-16, У-77	104-00
Итого за день		ККАЛ-515, Б-19, Ж-16, У-77	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			
165	Каша ячневая молочная с маслом ячка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-233, Б-6, Ж-9, У-32	31-00
200	Чай Итальянский (с корицей) сахар-песок, чай байховый, корица молотая	ККАЛ-42, У-10	3-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	7-00
Итого за завтрак		ККАЛ-413, Б-11, Ж-10, У-69	43-00
обед			
170	Уха из петуха куры-тушка потрош., перловка, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-127, Б-5, Ж-6, У-16	25-00
75	Гуляш из рыбы минтай филе, масло растительное, лук репка, молоко сухое 25%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная	ККАЛ-102, Б-7, Ж-7, У-3	59-00
150	Картофельное пюре картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	36-00
200	Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-67, У-16	5-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-595, Б-22, Ж-17, У-94	135-00
Итого за день		ККАЛ-1 008, Б-33, Ж-28, У-163	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)
обед			
220	Уха из петуха куры-тушка потрош., перловка, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-164, Б-7, Ж-7, У-21	34-00
100	Гуляш из рыбы минтай филе, масло растительное, лук репка, молоко сухое 25%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная	ККАЛ-135, Б-10, Ж-9, У-5	78-00
150	Картофельное пюре картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	36-00
200	Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-67, 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-714, Б-28, Ж-21, У-110	165-00
полдник			
80	Булочка Веснушка мука в/с, масло растительное, сахар-песок, изюм, молоко сухое 25%, дрожжи сух	ККАЛ-271, Б-7, Ж-8, У-42	14-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	22-00
Итого за полдник		ККАЛ-371, Б-12, Ж-13, У-50	36-00
Итого за день		ККАЛ-1 085, Б-40, Ж-35, У-160	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)
<u>обед</u>			
100	Гуляш из рыбы минтай филе, масло растительное, лук репка, молоко сухое 25%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная	ККАЛ-135, Б-10, Ж-9, У-5	78-00
165	Картофельное пюре картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная	ККАЛ-126, Б-3, Ж-5, У-22	40-00
200	Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота	ККАЛ-67, 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-561, Б-21, Ж-15, У-91	135-00
Итого за день		ККАЛ-561, Б-21, Ж-15, У-91	135-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор