

## меню (Раздача 7 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>раздача</u>			
200	<b>Каша ячневая молочная с маслом</b> <small>ячка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-11, У-38	37-00
70	<b>Блинчики с бананом</b> <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	<b>Вареники с картофелем</b> <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	53-00
20	<b>Молоко сгущенное</b> <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%</small>	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
20	<b>Повидло или джем фруктовый</b>	ККАЛ-58, У-14	6-00
20	<b>Сметана</b>	ККАЛ-32, Б-1, Ж-3, У-1	16-00
100	<b>Салат Свеклы с орехом</b> <small>свекла свежая, масло растительное, орех грецкий, сыр твердый (типа российский), зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</small>	ККАЛ-244, Б-3, Ж-22, У-9	31-00
100	<b>Салат Голубая Лагуна (рыба, яйцо, овощи)</b> <small>картофель св, консерва сайра в/м, масло растительное, яйцо, огурцы консервированные, лук репка, соль йодированная</small>	ККАЛ-255, Б-6, Ж-23, У-5	56-00
250/12, 5	<b>Суп картофельный с мясными фрикадельками</b> <small>картофель св, фарш мясной, лук репка, морковь свежая, томат-паста, масло сливочное 72,5%, яйцо, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-149, Б-6, Ж-7, У-17	42-00
100	<b>Рыба - филе навага в сметане</b> <small>навага б/е и/п, сметана 15%, морковь свежая, лук репка, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-78, Б-13, Ж-2, У-1	55-00
80	<b>Курочка в картофельной шубке</b> <small>куры-филе, картофель св, яйцо, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-196, Б-16, Ж-12, У-2	65-00
50	<b>Биточки по-белорусски</b> <small>свинина мясная нежирная п/ф, говядина п/ф, лук репка, яйцо, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-152, Б-10, Ж-12, У-1	61-00
80	<b>Котлета кур "быстро"</b> <small>куры-филе, сухари паниров., лук репка, масло растительное</small>	ККАЛ-219, Б-14, Ж-12, У-11	58-00
70	<b>Печень по-японски</b> <small>печень мясная, масло растительное, яйцо, томат-паста, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-162, Б-12, Ж-11, У-3	73-00
150	<b>Макароньы отварные (рожки)</b> <small>макароньы (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-149, Б-5, Ж-7, У-29	32-00
150	<b>Овощное ассорти (капуста цветная, брокколи, картофель....)</b> <small>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)</small>	ККАЛ-142, Б-3, Ж-7, У-17	40-00
150	<b>Гарнир Рис отварной с зеленью</b> <small>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-205, Б-4, Ж-5, У-32	26-00
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	20-00
200	<b>Чай пакетик с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай пакет 2 гр.</small>	ККАЛ-60, У-15	6-00
200	<b>Чай пакетик без сахара</b> <small>вода, чай пакет 2 гр.</small>		4-00
200	<b>Чай с лимоном</b> <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	12-00
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-70, Б-2, У-15	3-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за раздача</b>		ККАЛ-3 215, Б-121, Ж-151, У-347	757-00
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-3 215, Б-121, Ж-151, У-347	757-00

**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)
<b>завтрак</b>			
200	<b>Каша ячневая молочная с маслом</b> <small>ячка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-11, У-38	<b>37-00</b>
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	<b>20-00</b>
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	<b>6-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-513, Б-13, Ж-12, У-85	<b>65-00</b>
<b>обед</b>			
220	<b>Суп картофельный со сметаной</b> <small>картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-101, Б-2, Ж-5, У-13	<b>27-00</b>
200	<b>Рагу овощное с мясом</b> <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-308, Б-13, Ж-16, У-32	<b>73-00</b>
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	<b>5-00</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	<b>5-00</b>
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	<b>3-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-644, Б-21, Ж-21, У-96	<b>113-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 157, Б-34, Ж-34, У-181	<b>178-00</b>

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>			
12	<b>Огурец свежий порц.</b> <small>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</small>	ККАЛ-2	5-00
200	<b>Суп картофельный со сметаной</b> <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	27-00
240	<b>Рагу овощное с мясом</b> <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-370, Б-16, Ж-19, У-38	88-00
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	20-00
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-787, Б-27, Ж-25, У-118	<b>152-00</b>
<u>полдник</u>			
80	<b>Булочка с повидлом</b> <small>мука в/с, джем в ассортименте, 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	<b>Кефир 2,5%</b>	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	22-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-391, Б-12, Ж-11, У-61	<b>49-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 179, Б-38, Ж-36, У-179	<b>201-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор



*Белевцева*

**меню (7-11 лет (1 смена))**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
60	<b>Пудинг мясной</b> <i>фарш мясной, лук репка, яйцо, ячка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-135, Б-7, Ж-12, У-3	<b>41-00</b>
50	<b>Соус Томат</b> <i>томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-25, Ж-2, У-2	<b>9-00</b>
150	<b>Гарнир Рис отварной с зеленью</b> <i>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-205, Б-4, Ж-5, У-32	<b>26-00</b>
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	<b>20-00</b>
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	<b>6-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-595, Б-16, Ж-20, У-84	<b>104-00</b>
<b>Молочная перемена</b>			
200	<b>Молоко свежее 2,5%</b>	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
<b>Итого за Молочная перемена</b>		ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-702, Б-22, Ж-25, У-93	<b>104-00</b>

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>			
35	<b>Огурец свежий порц.</b> <small>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</small>	ККАЛ-5, У-1	15-00
280	<b>Рагу овощное с мясом</b> <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	103-00
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	5-00
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-736, Б-27, Ж-23, У-109	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-736, Б-27, Ж-23, У-109	<b>135-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор