

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 пшеничная молочная с маслом <i>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i> | ККАЛ-202, Б-7, Ж-10, У-26 | 38-00 |
| 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 |
| 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 |
| 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 Здоровье (с печенью) <i>лук репка, огурцы консервированные, печень мясная, масло растительное, горошек зеленый консервир., соль йодированная</i> | ККАЛ-207, Б-4, Ж-20, У-5 | 55-00 |
| 250 | Свекольник Литовский с яйцом, сметаной <i>свекла свежая, картофель св, яйцо, огурцы консервированные, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i> | ККАЛ-132, Б-4, Ж-9, У-11 | 35-00 |
| 70 | Рыба под сыром с помидором <i>горбуша потрош. б/г, помидоры свежие, лук репка, сыр твердый (типа российский), сметана 15%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-106, Б-12, Ж-7, У-1 | 78-00 |
| 70 | Гурман из кур <i>куры-филе, яйцо, сметана 15%, масло растительное, крахмал картофельный, чеснок свежий, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-199, Б-14, Ж-12, У-5 | 75-00 |
| 70 | Котлета Рига (куры) <i>куры-филе, сыр твердый (типа российский), масло сливочное 72,5%, сухари паниров., яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i> | ККАЛ-229, Б-14, Ж-14, У-8 | 75-00 |
| 70 | Котлетки варшавские <i>свинина мясная нежирная и/ф, печень мясная, масло растительное, сметана 15%, лук репка, чеснок свежий, соль йодированная, сода пищевая, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-289, Б-12, Ж-26, У-1 | 70-00 |
| 150 | Макароньы отварные (регатоны) <i>макароньы (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i> | ККАЛ-209, Б-5, Ж-7, У-32 | 32-00 |
| 150 | Капуста тушеная <i>капуста белокочанная свежая, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-73, Б-2, Ж-3, У-8 | 35-00 |
| 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 |
| 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-2 796, Б-104, Ж-145, У-266 | 706-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-2 796, Б-104, Ж-145, У-266 | 706-00 |

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор



19.12.2024 (7-11 лет (1 смена), 4чт)

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 | Запеканка "Нежная" с творогом <small>творог свежий 9%, рис, яйцо, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, сухари паниров., соль йодированная, ванилин</small> | ККАЛ-193, Б-13, Ж-11, У-23 | 81-00 |
| 50 | Подливка из джема или повидла <small>джем в ассортименте, мука в/с</small> | ККАЛ-57, У-14 | 6-00 |
| 200 | Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small> | ККАЛ-41, У-10 | 3-00 |
| 80 | Булочка Ёжики | ККАЛ-488, Б-7, Ж-14, У-48 | 12-00 |
| 20 | Хлеб ржаной | ККАЛ-34, Б-1, У-7 | 2-00 |
| Итого за завтрак | | ККАЛ-814, Б-22, Ж-25, У-102 | 104-00 |
| Молочная перемена | | | |
| 200 | Молоко свежее 2,5% | ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10 | = |
| Итого за Молочная перемена | | ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10 | = |
| Итого за день | | ККАЛ-920, Б-28, Ж-30, У-111 | 104-00 |

Директор
МБОУ СОШ

И.И. Беловцева

Калькулятор

19.12.2024 (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см), 4чт)

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 пшеничная молочная с маслом <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small> | ККАЛ-202, Б-7, Ж-10, У-26 | 38-00 |
| 200 | Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small> | ККАЛ-41, У-10 | 3-00 |
| 50 | Булочка Домашняя <small>мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух</small> | ККАЛ-75, Б-3, Ж-3, У-6 | 15-00 |
| 20 | Хлеб ржаной | ККАЛ-34, Б-1, У-7 | 2-00 |
| Итого за завтрак | | | 58-00 |
| обед | | | |
| 200 | Свекольник Литовский с яйцом, сметаной <small>свекла свежая, картофель св, яйцо, озурцы консервированные, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small> | ККАЛ-106, Б-3, Ж-7, У-9 | 26-00 |
| 60 | Суфле из печени <small>печень мясная, рис, лук репка, свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, соль йодированная</small> | ККАЛ-83, Б-9, Ж-4, У-2 | 44-00 |
| 50 | Соус Молочный <small>молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-51, Б-2, Ж-3, У-4 | 12-00 |
| 150 | Гарнир Рис Цветной <small>рис о/п, масло сливочное 72,5%, морковь свежая, кукуруза консервированная, горошек зеленый консервир., соль йодированная</small> | ККАЛ-186, Б-4, Ж-4, У-34 | 27-00 |
| 200 | Чай Французский (с ванилью) <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small> | ККАЛ-41, У-10 | 3-00 |
| 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 | | | 120-00 |
| Итого за день | | | 178-00 |

Директор
МБОУ СОШ

ИП Беленцева

Калькулятор



19.12.2024 (ДИ, ОВЗ с 12 лет (2 см), 4чт)

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> | | | |
| 200 | Свекольник Литовский с яйцом, сметаной <small>свекла свежая, картофель св, яйцо, огурцы консервированные, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small> | ККАЛ-106, Б-3, Ж-7, У-9 | 26-00 |
| 75 | Суфле из печени <small>печень мясная, рис, лук репка, свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, соль йодированная</small> | ККАЛ-104, Б-12, Ж-5, У-2 | 56-00 |
| 50 | Соус Молочный <small>молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-51, Б-2, Ж-3, У-4 | 12-00 |
| 180 | Гарнир Рис Цветной <small>рис о/п, масло сливочное 72,5%, морковь свежая, кукуруза консервированная, горошек зеленый консервир., соль йодированная</small> | ККАЛ-224, Б-4, Ж-5, У-41 | 33-00 |
| 200 | Сок фруктовый 1/200 | ККАЛ-110, Ж-1, У-27 | 24-00 |
| 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-827, Б-29, Ж-22, У-131 | 163-00 |
| <u>полдник</u> | | | |
| 55 | Булочка Домашняя <small>мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух</small> | ККАЛ-83, Б-3, Ж-4, У-6 | 16-00 |
| 200 | Кефир 2,5% | ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8 | 22-00 |
| Итого за полдник | | ККАЛ-183, Б-9, Ж-9, У-14 | 38-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 010, Б-38, Ж-31, У-145 | 201-00 |

Директор
МБОУ СОШ

ИП Беленцева

Калькулятор

19.12.2024 (с 12 лет (2 смена), 4чт)

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> | | | |
| 15 | Горошек зелёный | ККАЛ-6, У-1 | 10-00 |
| 90 | Суфле из печени <small>печень мясная, рис, лук репка, свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, соль йодированная</small> | ККАЛ-125, Б-14, Ж-6, У-3 | 65-00 |
| 50 | Соус Молочный <small>молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-51, Б-2, Ж-3, У-4 | 12-00 |
| 180 | Гарнир Рис Цветной <small>рис о/п, масло сливочное 72,5%, морковь свежая, кукуруза консервированная, горошек зеленый консервир., соль йодированная</small> | ККАЛ-224, Б-4, Ж-5, У-41 | 33-00 |
| 200 | Чай Французский (с ванилью) <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small> | ККАЛ-41, У-10 | 3-00 |
| 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-680, Б-29, Ж-15, У-107 | 135-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-680, Б-29, Ж-15, У-107 | 135-00 |

Директор
МБОУ СОШ

Калькулятор