

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	Каша дружба молочная с маслом <small>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-121, Б-6, Ж-4, У-22	39-00
100	Оладьи с яблоками <small>мука в/с, яйцо, яблоки свежие, масло растительное, молоко сухое 25%, сахар-песок, дрожжи сух</small>	ККАЛ-282, Б-8, Ж-12, У-40	30-00
20	Молоко сгущенное <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%</small>	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
20	Повидло или джем фруктовый	ККАЛ-58, У-14	6-00
100	Салат Капуста свежая с Брусничой <small>капуста белокачанная свежая, брусника св/мор, масло растительное, сахар-песок, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</small>	ККАЛ-211, Б-1, Ж-20, У-7	40-00
100	Салат Барский <small>куры-филе, картофель св, яйцо, масло растительное, фасоль, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</small>	ККАЛ-198, Б-1, Ж-19, У-9	51-00
250	Уха финская из красной рыбы, сметаной <small>картофель св, горбуша потрош с/г, сметана 15%, морковь свежая, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-104, Б-7, Ж-4, У-11	52-00
100	Рыба навага запеченая <small>навага б/с и/п, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-119, Б-18, Ж-6, У-3	50-00
70	Бризоль из курицы <small>куры-филе, сыр твердый (типа российский), яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-220, Б-17, Ж-24, У-1	75-00
70	Котлета из филе курицы рубленая <small>куры-филе, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-164, Б-14, Ж-6, У-13	60-00
80	Печень по - строгановски. <small>печень мясная, сметана 15%, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-116, Б-11, Ж-7, У-3	74-00
150	Макаронны отварные (спираль) <small>макаронны (спираль), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-89, Б-5, Ж-6, У-26	32-00
150	Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	28-00
100	Овощи здоровье <small>капуста цветная св/м, капуста брокколи св/м, перец болгарский, масло растительное, лимон свежий, соль йодированная</small>	ККАЛ-58, Б-3, Ж-3, У-5	66-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	20-00
200	Чай пакетик с сахаром <small>сахар-песок, чай пакет 2 гр.</small>	ККАЛ-60, У-15	6-00
200	Чай пакетик без сахара <small>вода, чай пакет 2 гр.</small>		4-00
200	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	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-2 231, Б-101, Ж-118, У-256	664-00
Итого за день		ККАЛ-2 231, Б-101, Ж-118, У-256	664-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Беловцева

Калькулятор



20.11.2024 (7-11 лет (1 смена), 4ср)

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	Запеканка Камчатка (рыба) <i>минтай филе, фарш мясной, яйцо, лук репка, рис, масло растительное, масло сливочное 72,5%, зелень сухая (укроп, петрушка), соль йодированная</i>	ККАЛ-142, Б-8, Ж-8, У-9	46-00
30	Соус Сметанный <i>сметана 15%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-21, Ж-2, У-1	9-00
150	Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	28-00
200	Чай с брусникой св/мор <i>сахар-песок, брусника св/мор, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-46, У-11	13-00
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-460, Б-16, Ж-16, У-68	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-567, Б-22, Ж-21, У-77	104-00



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 дружба молочная с маслом <small>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-121, Б-6, Ж-4, У-22	39-00
200	Чай с брусничкой св/мор <small>сахар-песок, брусника св/мор, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-46, У-11	13-00
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-305, Б-11, Ж-6, У-60	60-00
обед			
200	Суп овощной со сметаной <small>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</small>	ККАЛ-75, Б-2, Ж-4, У-8	26-00
210	Плов со свиной <small>рис о/л, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, лук репка, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-334, Б-13, Ж-16, У-34	79-00
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, 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-643, Б-21, Ж-21, У-93	118-00
Итого за день		ККАЛ-948, Б-32, Ж-27, У-153	178-00

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>			
25	Помидор свежий <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-6, У-1	13-00
280	Плов со свиной <i>рис о/п, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, лук репка, томат-паста, соль iodированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-446, Б-17, Ж-22, У-46	105-00
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, 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-750, Б-26, Ж-23, У-111	135-00
Итого за день		ККАЛ-750, Б-26, Ж-23, У-111	135-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор

