

## 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 пшеничная молочная с маслом</b> <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
50	<b>Сырники</b> <small>творог свежий 9%, манка, сахар-песок, яйцо, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-124, Б-9, Ж-5, У-10	44-00
100	<b>Блинчики</b> <small>мука в/с, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-264, Б-10, Ж-7, У-44	29-00
20	<b>Сметана</b>	ККАЛ-32, Б-1, Ж-3, У-1	16-00
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
100	<b>Винегрет овощной</b> <small>картофель св, свекла свежая, морковь свежая, огурцы консервированные, горошек зеленый консервир., масло растительное, лук репка</small>	ККАЛ-122, Б-2, Ж-10, У-8	29-00
100	<b>Салат Здоровье (с печенью)</b> <small>лук репка, огурцы консервированные, печень мясная, масло растительное, горошек зеленый консервир., соль йодированная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-20, У-5	55-00
250	<b>Свекольник Литовский с яйцом, сметаной</b> <small>свекла свежая, картофель св, яйцо, огурцы свежие, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-132, Б-4, Ж-9, У-11	33-00
70	<b>Рыба под сыром с помидором</b> <small>горбуша потрош с/с, помидоры свежие, лук репка, сыр твердый (типа российский), сметана 15%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-106, Б-12, Ж-7, У-1	75-00
70	<b>Гурман из кур</b> <small>куры-филе, яйцо, сметана 15%, масло растительное, крахмал картофельный, чеснок свежий, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-199, Б-14, Ж-12, У-5	75-00
70	<b>Котлета Рига (куры)</b> <small>куры-филе, сыр твердый (типа российский), масло сливочное 72,5%, сухари паниров., яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-229, Б-14, Ж-14, У-8	75-00
70	<b>Котлетки варшавские</b> <small>свинина мясная нежирная п/ф, печень мясная, масло растительное, сметана 15%, лук репка, чеснок свежий, соль йодированная, сода пищевая, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-289, Б-12, Ж-26, У-1	70-00
150	<b>Макаронеры отварные (регатоны)</b> <small>макаронеры (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-209, Б-5, Ж-7, У-32	32-00
150	<b>Капуста тушеная</b> <small>капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-73, Б-2, Ж-3, У-8	35-00
150	<b>Картофель отварной с маслом</b> <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-173, Б-3, Ж-9, У-12	28-00
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-2 796, Б-104, Ж-145, У-266	701-00
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2 796, Б-104, Ж-145, У-266	701-00


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

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)
<b>завтрак</b>			
200	<b>Каша пшеничная молочная с маслом</b> <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-202, Б-7, Ж-10, У-26	<b>38-00</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	<b>3-00</b>
50	<b>Булочка Домашняя</b> <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	<b>15-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-352, Б-11, Ж-14, У-48	<b>58-00</b>
<b>обед</b>			
200	<b>Свекольник Литовский с яйцом, сметаной</b> <small>свекла свежая, картофель св, яйцо, огурцы свежие, 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	<b>26-00</b>
60	<b>Суфле из печени</b> <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	<b>44-00</b>
50	<b>Соус Молочный</b> <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	<b>12-00</b>
150	<b>Гарнир Рис Цветной</b> <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	<b>27-00</b>
200	<b>Чай Французский (с ванилью)</b> <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-41, У-10	<b>3-00</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-637, Б-24, Ж-19, У-93	<b>120-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-989, Б-35, Ж-33, У-142	<b>178-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ № 3

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>			
200	<b>Свекольник Литовский с яйцом, сметаной</b> <small>свекла свежая, картофель св, яйцо, огурцы свежие, 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	<b>Суфле из печени</b> <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	<b>Соус Молочный</b> <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	<b>Гарнир Рис Цветной</b> <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	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	24-00
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-827, Б-29, Ж-22, У-131	<b>163-00</b>
<u>полдник</u>			
55	<b>Булочка Домашняя</b> <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	<b>Кефир 2,5%</b>	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	22-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-183, Б-9, Ж-9, У-14	<b>38-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 010, Б-38, Ж-31, У-145	<b>201-00</b>



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>			
20	<b>Огурец свежий порц.</b> <small>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</small>	ККАЛ-3, У-1	10-00
90	<b>Суфле из печени</b> <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	<b>Соус Молочный</b> <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	<b>Гарнир Рис Цветной</b> <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	<b>Чай Французский (с ванилью)</b> <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
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-677, Б-29, Ж-15, У-106	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-677, Б-29, Ж-15, У-106	<b>135-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ



ИП Белевцева

Калькулятор