

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 <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
70	Блинчики с бананом <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
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 Солнышко (капуста, кукуруза) <small>капуста белокачанная свежая, масло растительное, кукуруза консервированная, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</small>	ККАЛ-209, Б-2, Ж-20, У-7	28-00
100	Салат Темный бархат (овощи, изюм, орех, сыр) <small>свекла свежая, морковь свежая, масло растительное, орех грецкий, изюм, сыр твердый (типа российский), зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</small>	ККАЛ-305, Б-4, Ж-26, У-11	48-00
250/20/10	Борщ с картофелем, курицей, сметаной <small>картофель св. свекла свежая, кури-тушка потрош., морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, сахар-песок, соль йодированная, чеснок свежий, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-164, Б-7, Ж-8, У-15	55-00
90	Котлета рыбная любительская <small>фарш из рыбы, морковь свежая, яйцо, хлеб белый нарезной, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-108, Б-11, Ж-4, У-6	45-00
90	Гуляш из курицы с луком <small>кури-филе, лук репка, масло растительное, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-171, Б-7, Ж-9, У-2	65-00
70	Бризоль мясная <small>свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, сыр твердый (типа российский), масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-331, Б-14, Ж-29, У-3	82-00
50/15	Печень с луком <small>печень мясная, лук репка, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-137, Б-12, Ж-7, У-7	72-00
150	Макароньы отварные (регатоны) <small>макароньы (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-209, Б-5, Ж-7, У-32	32-00
150	Капуста тушеная <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	Рагу овощное <small>картофель св. капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, горошек зеленый консервир., масло сливочное 72,5%, томат-паста, мука в/с, зелень сухая (укроп, петрушка), соль йодированная, лавровый лист, сахар-песок</small>	ККАЛ-146, Б-4, Ж-6, У-19	50-00
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 ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
30	Хлеб пшеничный	ККАЛ-70, Б-2, У-15	3-00
Итого за раздача		ККАЛ-2 632, Б-87, Ж-136, У-259	662-00
Итого за день		ККАЛ-2 632, Б-87, Ж-136, У-259	662-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Беденцева

Калькулятор

24.12.2024 (7-11 лет (1 смена), 1вт)

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			
85	Фрикадельки мясные паровые <i>фарш мясной, хлеб белый нарезной, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-170, Б-11, Ж-10, У-8	66-00
50	Соус Томат <i>томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-25, Ж-2, У-2	9-00
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-204, Б-5, Ж-8, У-32	18-00
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-41, У-10	3-00
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-577, Б-21, Ж-21, У-79	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-684, Б-27, Ж-26, У-88	104-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор



24.12.2024 (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см), 1вт)

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 <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
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-41, У-10	3-00
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			49-00
обед			
170	Борщ Вегетарианский <i>свекла свежая, капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-38, Б-1, Ж-2, У-5	15-00
90	Гуляш мясной <i>свишина мясная нежирная п/ф, лук репка, томат-паста, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-227, Б-11, Ж-11, У-13	70-00
150	Гарнир Рис отварной <i>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-208, Б-3, Ж-5, У-33	26-00
200	Компот из вишни, изюма <i>вишня сухая, изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-92, У-23	10-00
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			129-00
Итого за день			178-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор



24.12.2024 (ДИ, ОВЗ с 12 лет (2 см), 1вт)

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>			
250	Борщ Вегетарианский <small>свекла свежая, капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-56, Б-2, Ж-3, У-7	23-00
100	Гуляш мясной <small>свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, томат-паста, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-252, Б-12, Ж-12, У-14	78-00
180	Гарнир Рис отварной <small>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-249, Б-4, Ж-6, У-40	31-00
200	Компот из вишни, изюма <small>вишня сухая, изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	10-00
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-882, Б-26, Ж-22, У-131	154-00
<u>полдник</u>			
90	Булочка Домашняя <small>мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-135, Б-5, Ж-6, У-10	25-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	22-00
Итого за полдник		ККАЛ-235, Б-11, Ж-11, У-18	47-00
Итого за день		ККАЛ-1117, Б-37, Ж-33, У-149	201-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор

24.12.2024 (с 12 лет (2 смена), 1вт)

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>			
7	Горошек зелёный	ККАЛ-3	4-00
100	Гуляш мясной <small>свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, томат-паста, масло растительное, мука в/с, соль поваренная</small>	ККАЛ-252, Б-12, Ж-12, У-14	78-00
180	Гарнир Рис отварной <small>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-249, Б-4, Ж-6, У-40	31-00
200	Компот из вишни, изюма <small>вишня сухая, изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	10-00
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-829, Б-24, Ж-20, У-125	135-00
Итого за день		ККАЛ-829, Б-24, Ж-20, У-125	135-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Беденцева

Калькулятор