

меню (Раздача с 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 сахарная молочная с маслом <i>ячка, пшеничная, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-285, Б-8, Ж-11, У-39	38-00
70	Блинчики с бананом <i>бананы свежие, мука в/с, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-144, Б-4, Ж-3, У-28	45-00
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	30-00
100	Салат Друзья (кукуруза, фасоль) <i>кукуруза консервированная, фасоль, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-117, Б-3, Ж-7, У-11	48-00
250	Суп рыбный (консервы) <i>картофель св. консерва сайра в/м, морковь свежая, лук репка, масло растительное, рис, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-174, Б-6, Ж-10, У-15	51-00
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	83-00
100	Рыба навага запеченная (филе) <i>навага б/г п/п, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-119, Б-18, Ж-6, У-3	62-00
70	Биточки мясные <i>фарш мясной, хлеб белый нарезной, сухари паниров., молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-212, Б-12, Ж-13, У-11	54-00
70	Гурман из мяса <i>свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, сметана 15%, крахмал картофельный, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная, чеснок свежий</i>	ККАЛ-320, Б-11, Ж-28, У-4	75-00
50/15	Печень с луком <i>печень мясная, лук репка, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-137, Б-12, Ж-7, У-7	72-00
150	Макаронны отварные (регатоны) <i>макаронны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-209, Б-5, Ж-7, У-32	33-00
150	Картофель запеченный <i>картофель св. масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-173, Б-3, Ж-9, У-18	46-00
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-204, Б-5, Ж-8, У-32	20-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
200	Напиток лимонный <i>лимон свежий, сахар-песок</i>	ККАЛ-65, У-16	9-00
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-2 822, Б-108, Ж-127, У-322	734-00
Итого за день		ККАЛ-2 822, Б-108, Ж-127, У-322	734-00

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)
завтрак			
35	Помидор свежий с кукурузой <small>помидоры свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-39, Ж-3, У-2	22-00
210	Каша деревенская гречневая с мясом (1вариант) <small>свинина мясная нежирная п/ф, гречка, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-317, Б-13, Ж-12, У-37	70-00
200	Чай Итальянский (с корицей) <small>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</small>	ККАЛ-42, У-10	3-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-536, Б-18, Ж-17, У-76	104-00
Итого за день		ККАЛ-536, Б-18, Ж-17, У-76	104-00

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)
<u>завтрак</u>			
170	Каша сахарная молочная с маслом <small>ячка, пшеничная, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-242, Б-7, Ж-9, У-34	32-00
200	Чай Итальянский (с корицей) <small>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</small>	ККАЛ-42, У-10	3-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак			44-00
<u>обед</u>			
150	Суп рыбный (консервы) <small>картофель св, консерва сайра в/м, морковь свежая, лук репка, масло растительное, рис, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-104, Б-4, Ж-6, У-9	30-00
90	Печень в соусе молочном <small>печень мясная, молоко сухое 25%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-200, Б-3, Ж-3, У-15	68-00
110	Гарнир Рис с морковью <small>рис о/п, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-132, Б-3, Ж-5, У-21	18-00
200	Напиток лимонный <small>лимон свежий, сахар-песок</small>	ККАЛ-65, У-16	9-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед			134-00
Итого за день			178-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Беленева

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	Суп рыбный (консервы) <small>картофель св, консерва сайра в/м, морковь свежая, лук репка, масло растительное, рис, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-139, Б-5, Ж-8, У-12	41-00
90	Печень в соусе молочном <small>печень мясная, молоко сухое 25%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-200, Б-3, Ж-3, У-15	68-00
180	Гарнир Рис с морковью <small>рис о/п, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-216, Б-5, Ж-8, У-34	28-00
200	Напиток лимонный <small>лимон свежий, сахар-песок</small>	ККАЛ-65, У-16	9-00
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-853, Б-21, Ж-20, У-125	158-00
<u>полдник</u>			
65	Булочка с повидлом <small>мука в/с, джем в ассортименте, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-237, Б-5, Ж-5, У-43	21-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	22-00
Итого за полдник		ККАЛ-337, Б-10, Ж-10, У-51	43-00
Итого за день		ККАЛ-1 190, Б-31, Ж-30, У-176	201-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП. Беленева

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>			
15	Огурец свежий с зеленью, маслом растительным <small>огурцы свежие, масло растительное, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), чеснок свежий, соль йодированная</small>	ККАЛ-14, Ж-1	10-00
100	Печень в соусе молочном <small>печень мясная, молоко сухое 25%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-222, Б-4, Ж-3, У-17	76-00
180	Гарнир Рис с морковью <small>рис о/п, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-216, Б-5, Ж-8, У-34	28-00
200	Напиток лимонный <small>лимон свежий, сахар-песок</small>	ККАЛ-65, У-16	9-00
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-17, Ж-14, У-115	135-00
Итого за день		ККАЛ-750, Б-17, Ж-14, У-115	135-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор

