

меню (Раздача с 7лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
раздача			
200	Каша рисовая молочная с маслом рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-196, Б-5, Ж-5, У-13	39-00
70	Блинчики с бананом бананы свежие, мука в/с, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-144, Б-4, Ж-3, У-28	45-00
20	Молоко сгущенное молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
20	Повидло или джем фруктовый	ККАЛ-58, У-14	6-00
100	Салат Переменка (яйцо,овоци) картофель св, яйцо, огурцы консервированные, горошек зеленый консервир., масло растительное, морковь свежая, зелень свежая (укроп,петрушка, лук), соль йодированная	ККАЛ-149, Б-4, Ж-12, У-8	37-00
100	Салат Золотой Закат (свинина,овоци) свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, огурцы свежие, масло растительное, лук репка, соль йодированная, зелень свежая (укроп,петрушка, лук), чеснок свежий	ККАЛ-130, Б-7, Ж-10, У-3	58-00
250/20/10	Борщ с картофелем, курицей, сметаной 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)	ККАЛ-164, Б-7, Ж-8, У-15	60-00
70	Котлета рыбная любительская минтай филе, морковь свежая, яйцо, хлеб белый нарезной, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная	ККАЛ-84, Б-9, Ж-3, У-5	55-00
70	Свинина в яичном кляре свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-314, Б-14, Ж-26, У-5	75-00
80	Котлета курочка Ряба кури-филе, сухари паниров., манка, лук репка, масло растительное, яйцо, молоко сухое 25%, соль йодированная, чеснок свежий	ККАЛ-238, Б-11, Ж-13, У-19	60-00
65	Печень с луком печень мясная, лук репка, масло растительное, мука в/с, соль йодированная	ККАЛ-137, Б-12, Ж-7, У-7	72-00
150	Макароны отварные (спираль) макароны (спираль), масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-89, Б-5, Ж-6, У-26	33-00
150	Картофель отварной с маслом картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-173, Б-3, Ж-9, У-12	35-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
200	Чай пакетик с сахаром сахар-песок, чай пакет 2 гр.	ККАЛ-60, У-15	6-00
200	Чай пакетик без сахара вода, чай пакет 2 гр.		4-00
200	Чай с лимоном сахар-песок, лимон свежий, чай байховый	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-2 252, Б-86, Ж-106, У-236	637-00
Итого за день		ККАЛ-2 252, Б-86, Ж-106, У-236	637-00

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			
60	Суфле кур Гречанка <i>куры-филе, гречка, яйцо, лук репка, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-92, Б-2, Ж-6, У-2	35-00
50	Соус молочно- морковный <i>молоко сухое 25%, морковь свежая, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-48, Б-2, Ж-3, У-4	12-00
150	Макароны отварные (регатоны) <i>макароны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-209, Б-5, Ж-7, У-32	33-00
200	Чай с молоком <i>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-99, Б-3, Ж-2, У-13	15-00
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-587, Б-16, Ж-20, У-78	104-00
Итого за день		ККАЛ-587, Б-16, Ж-20, У-78	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)
завтрак			
150	Каша рисовая молочная с маслом рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-147, Б-4, Ж-4, У-9	29-00
200	Чай с молоком молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-99, Б-3, Ж-2, У-13	15-00
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-384, Б-11, Ж-7, У-49	53-00
обед			
180	Борщ с картофелем, сметаной картофель св, свекла свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, сахар-песок, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-81, Б-2, Ж-4, У-11	29-00
200	Рагу "Семейка" (мясо, овощи) картофель св, свинина мясная нежирная п ф, морковь свежая, масло растительное, лук репка, горошек зеленый консервир., томат-паста, мука в.с, соль йодированная	ККАЛ-314, Б-12, Ж-12, У-30	70-00
200	Напиток из вишни, сухофруктов вишня св мор, сахар-песок, сухофрукты, лимонная кислота	ККАЛ-67, У-16	17-00
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		ККАЛ-631, Б-20, Ж-17, У-92	125-00
Итого за день		ККАЛ-1 014, Б-31, Ж-24, У-141	178-00

Директор
МБОУ СОШ

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)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

обед

180 **Борщ с картофелем,
сметаной** ККАЛ-81, Б-2, Ж-4, У-11 29-00

картофель св, свекла свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лимон
свежий, сахар-песок, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист

250 **Рагу "Семейка" (мясо,
овощи)** ККАЛ-392, Б-15, Ж-15, У-38 89-00

картофель св, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, масло растительное, лук репка, горошек зеленый
консервир., томат-паста, мука в с, соль йодированная

200 **Напиток из вишни,
сухофруктов** ККАЛ-67, У-16 17-00

вишня св мор, сахар-песок, сухофрукты, лимонная кислота

70 **Хлеб пшеничный** ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34 8-00

50 **Хлеб ржаной.** ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17 5-00

Итого за обед ККАЛ-790, Б-25, Ж-20, У-116 148-00

полдник

65 **Булочка с повидлом и
штрейзелем** ККАЛ-246, Б-4, Ж-9, У-39 27-00

мука в с, джем в ассортименте, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, сахарная пудра, масло
растительное, соль йодированная, орешки сух, ванилин

200 **Молоко свежее 2,5%** ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10 26-00

Итого за полдник ККАЛ-352, Б-10, Ж-14, У-48 53-00

Итого за день ККАЛ-1 142, Б-35, Ж-34, У-164 201-00

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)
обед			
10	Помидор свежий с горошком <i>помидоры свежие, горошек зеленый консервир., масло растительное, соль поваренная</i>	ККАЛ-11, Ж-1, У-1	8-00
280	Рагу "Семейка" (мясо, овощи) <i>картофель св, свинина мясная нежирная п.ф, морковь свежая, масло растительное, лук репка, горошек зеленый консервир., томат-паста, мука в.с, соль поваренная</i>	ККАЛ-439, Б-17, Ж-17, У-42	98-00
200	Напиток из вишни, сухофруктов <i>вишня св мор, сахар-песок, сухофрукты, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	17-00
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-25, Ж-19, У-107	135-00
Итого за день		ККАЛ-750, Б-25, Ж-19, У-107	135-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор