

**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)
<b>раздача</b>			
200	<b>Каша сахарная молочная с маслом</b> <small>ячма, пшеничная, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-285, Б-8, Ж-11, У-39	38-00
70	<b>Блинчики с бананом</b> <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	<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	30-00
100	<b>Салат Друзья (кукуруза, фасоль)</b> <small>кукуруза консервированная, фасоль, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-117, Б-3, Ж-7, У-11	48-00
250	<b>Суп рыбный (консервы)</b> <small>картофель св, консерва сайра в/м, морковь свежая, лук репка, масло растительное, рис, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-174, Б-6, Ж-10, У-15	51-00
80	<b>Рыба в яйце</b> <small>минтай филе, яйцо, мука в/с, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-103, Б-12, Ж-5, У-4	73-00
70	<b>Рыба - филе навага в сметане</b> <small>навага б/с и/п, сметана 15%, морковь свежая, лук репка, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-54, Б-9, Ж-2, У-1	55-00
70	<b>Биточки мясные</b> <small>фарш мясной, хлеб белый порезной, сахар паниров., молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-212, Б-12, Ж-13, У-11	53-00
70	<b>Гурман из мяса</b> <small>свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, сметана 15%, крахмал картофельный, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная, чеснок свежий</small>	ККАЛ-320, Б-11, Ж-28, У-4	75-00
50/15	<b>Печень с луком</b> <small>печень мясная, лук репка, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-137, Б-12, Ж-7, У-7	72-00
150	<b>Макароньы отварные (регатоны)</b> <small>макароньы (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-209, Б-5, Ж-7, У-32	33-00
150	<b>Картофель запеченный</b> <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-173, Б-3, Ж-9, У-18	46-00
150	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая</b> <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-204, Б-5, Ж-8, У-32	20-00
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
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-2 690, Б-99, Ж-121, У-307	707-00
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2 690, Б-99, Ж-121, У-307	707-00

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>			
35	<b>Помидор свежий с кукурузой</b> <small>помидоры свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-39, Ж-3, У-2	<b>22-00</b>
210	<b>Каша деревенская гречневая с мясом (1вариант)</b> <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	<b>72-00</b>
200	<b>Чай Итальянский (с корицей)</b> <small>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</small>	ККАЛ-42, У-10	<b>3-00</b>
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	<b>5-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-536, Б-18, Ж-17, У-76	<b>104-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-536, Б-18, Ж-17, У-76	<b>104-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ



Калькулятор



28.01.2025 (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см), 2вт)

**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>			
170	<b>Каша сахарная молочная с маслом</b> <small>ячка, пшеничная, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-242, Б-7, Ж-9, У-34	<b>32-00</b>
200	<b>Чай Итальянский (с корицей)</b> <small>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</small>	ККАЛ-42, У-10	<b>3-00</b>
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	<b>6-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-422, Б-11, Ж-11, У-70	<b>43-00</b>
<b>обед</b>			
150	<b>Суп рыбный (консервы)</b> <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	<b>30-00</b>
90	<b>Печень в соусе молочном</b> <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	<b>68-00</b>
125	<b>Гарнир Рис с морковью</b> <small>рис о/п, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-150, Б-3, Ж-6, У-24	<b>20-00</b>
200	<b>Напиток лимонный</b> <small>лимон свежий, сахар-песок</small>	ККАЛ-65, У-16	<b>9-00</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-688, Б-16, Ж-16, У-99	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 110, Б-28, Ж-26, У-169	<b>178-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ

ИП Беленцева

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>			
7	<b>Огурец свежий с маслом растит. зеленью</b> <small>огурцы свежие, масло растительное, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</small>	ККАЛ-4	<b>4-00</b>
200	<b>Суп рыбный (консервы)</b> <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	<b>41-00</b>
90	<b>Печень в соусе молочном</b> <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	<b>68-00</b>
180	<b>Гарнир Рис с морковью</b> <small>рис о/п, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-216, Б-5, Ж-8, У-34	<b>28-00</b>
200	<b>Напиток лимонный</b> <small>лимон свежий, сахар-песок</small>	ККАЛ-65, У-16	<b>9-00</b>
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	<b>8-00</b>
40	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	<b>4-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-857, Б-21, Ж-21, У-125	<b>162-00</b>
<u>полдник</u>			
50	<b>Булочка с повидлом</b> <small>мука в/с, джем в ассортименте, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, орешки сух</small>	ККАЛ-182, Б-4, Ж-4, У-33	<b>17-00</b>
200	<b>Кефир 2,5%</b>	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	<b>22-00</b>
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-282, Б-9, Ж-9, У-41	<b>39-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 139, Б-30, Ж-29, У-167	<b>201-00</b>

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>			
18	<b>Огурец свежий с зеленью, маслом растительным</b> <i>огурцы свежие, масло растительное, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), чеснок свежий, соль йодированная</i>	ККАЛ-17, Ж-2	<b>10-00</b>
100	<b>Печень в соусе молочном</b> <i>печень мясная, молоко сухое 25%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-222, Б-4, Ж-3, У-17	<b>76-00</b>
180	<b>Гарнир Рис с морковью</b> <i>рис о/п, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-216, Б-5, Ж-8, У-34	<b>28-00</b>
200	<b>Напиток лимонный</b> <i>лимон свежий, сахар-песок</i>	ККАЛ-65, У-16	<b>9-00</b>
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	<b>8-00</b>
40	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	<b>4-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-753, Б-17, Ж-14, У-115	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-753, Б-17, Ж-14, У-115	<b>135-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор