

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)
<u>раздача</u>			
200	Каша рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-196, Б-5, Ж-5, У-20	39-00
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 Переменка (яйцо, овощи) <small>картофель св. яйцо, огурцы консервированные, горошек зеленый консервир., масло растительное, морковь свежая, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</small>	ККАЛ-149, Б-4, Ж-12, У-8	36-00
100	Салат Золотой Закат (свинина, овощи) <small>свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, огурцы свежие, масло растительное, лук репка, соль йодированная, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), чеснок свежий</small>	ККАЛ-130, Б-7, Ж-10, У-3	58-00
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	57-00
70	Котлета рыбная любительская <small>минтай филе, морковь свежая, яйцо, хлеб белый нарезной, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-84, Б-9, Ж-3, У-5	55-00
100	Рыба навага запеченая (филе) <small>навага б/г п/п, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-119, Б-18, Ж-6, У-3	62-00
70	Свинина в яичном клее <small>свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-314, Б-14, Ж-26, У-5	77-00
80	Котлета курочка Ряба <small>кури-филе, сухари паниров., манка, лук репка, масло растительное, яйцо, молоко сухое 25%, соль йодированная, чеснок свежий</small>	ККАЛ-238, Б-11, Ж-13, У-19	60-00
65	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 (спираль) <small>макароньы (спираль), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-89, Б-5, Ж-6, У-26	33-00
150	Картофель отварной с маслом <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-173, Б-3, Ж-9, У-12	31-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
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 пшеничный	ККАЛ-70, Б-2, У-15	3-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за раздача		ККАЛ-2 371, Б-104, Ж-112, У-246	693-00
Итого за день		ККАЛ-2 371, Б-104, Ж-112, У-246	693-00

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-5, 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	Макаронные отварные (регатоны) <i>макаронные (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-19, Ж-20, У-78	104-00
Итого за день		ККАЛ-587, Б-19, 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 <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-147, Б-4, Ж-4, У-15	29-00
200	Чай с молоком <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	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			53-00
обед			
200	Борщ с картофелем, сметаной <small>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</small>	ККАЛ-90, Б-2, Ж-4, У-12	29-00
200	Рагу "Семейка" (мясо, овощи) <small>картофель св, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, масло растительное, лук репка, горошек зеленый консервир., томат-паста, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-314, Б-12, Ж-14, У-38	70-00
200	Напиток из вишни, сухофруктов <small>вишня св мор, сахар-песок, сухофрукты, лимонная кислота</small>	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			125-00
Итого за день			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)
<u>обед</u>			
200	Борщ с картофелем, сметаной <small>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</small>	ККАЛ-90, Б-2, Ж-4, У-12	29-00
250	Рагу "Семейка" (мясо, овощи) <small>картофель св, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, масло растительное, лук репка, горошек зеленый консервир., томат-паста, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-392, Б-15, Ж-17, У-47	89-00
200	Напиток из вишни, сухофруктов <small>вишня св/мор, сахар-песок, сухофрукты, лимонная кислота</small>	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-782, Б-25, Ж-22, У-123	147-00
<u>полдник</u>			
65	Булочка с повидлом и штрейзелем <small>мука в/с, джем в ассортименте, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, сахарная пудра, масло растительное, соль йодированная, орехи сух, ванилин</small>	ККАЛ-246, Б-4, Ж-9, У-39	28-00
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	54-00
Итого за день		ККАЛ-1 134, Б-35, Ж-36, У-172	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)
<u>обед</u>			
15	Помидор свежий с горошком <small>помидоры свежие, горошек зеленый консервир., масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-16, Ж-1, У-1	8-00
280	Рагу "Семейка" (мясо, овощи) <small>картофель св., свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, масло растительное, лук репка, горошек зеленый консервир., томат-паста, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-439, Б-17, Ж-19, У-53	98-00
200	Напиток из вишни, сухофруктов <small>вишня св/мор, сахар-песок, сухофрукты, лимонная кислота</small>	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-755, Б-25, Ж-21, У-118	135-00
Итого за день		ККАЛ-755, Б-25, Ж-21, У-118	135-00

Директор
МБОУ СОШ



ИП Белевцева

Калькулятор