

02.05.2024 (с 12 лет(1 Смена), 1чт)

меню (с 12 лет(1 Смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
10	Горошек зелёный	ККАЛ-4, У-1	6-00
100	Гуляш из курицы с луком <small>куры грудка, лук репка, масло растительное, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-127, Б-11, Ж-6, У-3	60-00
180	Макаронные отварные (спираль) <small>макаронные (спираль), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-228, Б-6, Ж-9, У-29	31-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	7-00
32	Хлеб ржаной	ККАЛ-55, Б-2, У-11	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-635, Б-25, Ж-17, У-89	129-00
Итого за день		ККАЛ-635, Б-25, Ж-17, У-89	129-00



Фарвазденова
М. И.



Калькулятор

Куликова Г. М.

02.05.2024 (7-11 лет (1 смена), 1чт)

меню (7-11 лет (1 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
10	Горошек зелёный	ККАЛ-4, У-1	7-00
90	Гуляш из курицы с луком <small>куры грудка, лук репка, масло растительное, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-114, Б-10, Ж-5, У-2	54-00
150	Макароньы отварные (спираль) <small>макароньы (спираль), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-190, Б-5, Ж-8, У-24	26-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	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-487, Б-20, Ж-14, У-64	98-00
Итого за день		ККАЛ-487, Б-20, Ж-14, У-64	98-00



Калькулятор

Куликова Г. М.

02.05.2024 (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см), 1чт)

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>			
200	Каша геркулес молочная с маслом <small>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-170, Б-8, Ж-4, У-27	31-00
200	Чай Витаминный <small>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</small>	ККАЛ-70, Б-1, У-15	8-00
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-378, Б-13, Ж-5, У-69	47-00
<u>обед</u>			
200	Борщ с картофелем, капустой, сметаной <small>свекла свежая, картофель св, капуста белокочанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, лимонная кислота, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-84, Б-2, Ж-4, У-10	23-00
90	Котлета из филе курицы рубленая <small>куры грудка, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-195, Б-17, Ж-7, У-11	67-00
150	Макароны с зеленью(регатоны) <small>макароны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-99, Б-5, Ж-4, У-35	20-00
200	Чай Французский (с ванилью) <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
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-588, Б-30, Ж-16, У-101	122-00
Итого за день		ККАЛ-966, Б-43, Ж-22, У-169	169-00



Калькулятор

Куликова Г. М.