

03.05.2024 (с 12 лет(1 Смена), 1шт)

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			
20	Горошек зелёный	ККАЛ-8, Б-1, У-1	15-00
40	Мармелад	ККАЛ-128, У-32	13-00
60/50	Тефтели мясные в соусе <i>фарш мясной, лук репка, мука в/с, рис, масло сливочное 72,5%, томат-паста, морковь свежая, масло растительное, соль йодированная, сахар-песок</i>	ККАЛ-185, Б-7, Ж-13, У-11	49-00
200	Гарнир Рис Цветной <i>рис о/п, кукуруза консервированная, горошек зеленый консервир., масло сливочное 72,5%, морковь свежая, соль йодированная</i>	ККАЛ-239, Б-5, Ж-5, У-43	35-00
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	6-00
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-788, Б-18, Ж-20, У-133	129-00
Итого за день		ККАЛ-788, Б-18, Ж-20, У-133	129-00



Фарвазденова
М.И.



Калькулятор

Куликова Г. М.

03.05.2024 (7-11 лет (1 смена), 1шт)

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			
60/50	Тефтели мясные в соусе <i>фарш мясной, лук репка, мука в/с, рис, масло сливочное 72,5%, томат-паста, морковь свежая, масло растительное, соль йодированная, сахар-песок</i>	ККАЛ-185, Б-7, Ж-13, У-11	49-00
150	Гарнир Рис Цветной <i>рис о/п, кукуруза консервированная, горошек зеленый консервир., масло сливочное 72,5%, морковь свежая, соль йодированная</i>	ККАЛ-179, Б-4, Ж-4, У-32	22-00
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	6-00
40	Мармелад	ККАЛ-128, У-32	13-00
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-674, Б-15, Ж-18, У-112	98-00
Итого за день		ККАЛ-674, Б-15, Ж-18, У-112	98-00



Калькулятор

Куликова Г. М.

03.05.2024 (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см), 1шт)

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			
200	Каша манная молочная с маслом <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-210, Б-5, Ж-10, У-25	27-00
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-389, Б-10, Ж-11, У-62	38-00
обед			
200	Щи из св. капусты с картофелем <small>капуста белокачанная свежая, картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-68, Б-2, Ж-4, У-7	20-00
90	Печень в сметанном соусе <small>печень мясная, сметана 15%, мука в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-134, Б-9, Ж-7, У-11	64-00
150	Картофель тушеный с луком <small>картофель св, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-150, Б-3, Ж-7, У-20	30-00
200	Чай Витаминный <small>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</small>	ККАЛ-70, Б-1, У-15	8-00
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-590, Б-20, Ж-19, У-87	131-00
Итого за день		ККАЛ-980, Б-29, Ж-31, У-148	169-00

Директор
МБОУ СОШГФарвазтденова
М. И.

Калькулятор

Куликова Г. М.