

04.03.2024 (с 12 лет(1 Смена), 1пп)

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			
50	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-12, Б-1, У-3	28-00
100	Мясо тушеное <i>свинина мясная нежирная п/ф, масло сливочное 72,5%, морковь свежая, лук репка, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-259, Б-10, Ж-14, У-5	58-00
200	Гарнир каша гречка вязкая <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-193, Б-6, Ж-7, У-26	20-00
200	Чай с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное с/с 8,5%, чай байховый</i>	ККАЛ-60, Б-1, Ж-2, У-10	12-00
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-708, Б-24, Ж-25, У-79	129-00
Итого за день		ККАЛ-708, Б-24, Ж-25, У-79	129-00

Директор:
МБОУ СОШФарвазгденова
М.И.

Калькулятор

Куликова Г. М.

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			
30	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-7, У-2	10-00
90	Мясо тушеное <i>свинина мясная нежирная п/ф, масло сливочное 72,5%, морковь свежая, лук репка, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-233, Б-9, Ж-12, У-5	53-00
150	Гарнир каша гречка вязкая <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-6, У-19	15-00
200	Чай с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное с/с 8,5%, чай байховый</i>	ККАЛ-60, Б-1, Ж-2, У-10	12-00
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-583, Б-19, Ж-21, У-62	98-00
Итого за день		ККАЛ-583, Б-19, Ж-21, У-62	98-00



Фарвазденова
М.И.



Калькулятор

Куликова Г. М.

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			
245	Каша дружба молочная с маслом <i>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-199, Б-8, Ж-5, У-39	39-00
200	Чай Французский (с ванилью) <i>сахар-песок, чай байховый, ванилин</i>	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-378, Б-12, Ж-6, У-76	50-00
обед			
200	Суп Волна" <i>картофель св, яйцо, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-100, Б-3, Ж-5, У-11	21-00
90	Котлета домашняя паровая <i>фарш мясной, хлеб белый нарезной, масло растительное, лук репка, сухари паниров., яйцо, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-317, Б-5, Ж-18, У-17	61-00
150	Горошница - пюре <i>горох сухой, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-173, Б-10, Ж-4, У-24	16-00
200	Напиток из шиповника <i>шиповник, сахар-песок</i>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	12-00
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-855, Б-25, Ж-28, У-107	119-00
Итого за день		ККАЛ-1 233, Б-37, Ж-34, У-182	169-00

Директор
МБОУ СОШФарвазденкова
М.И.

Калькулятор

Куликова Г. М.