

06.02.2024 (с 12 лет(1 Смена), 1вт)

**меню (с 12 лет(1 Смена))**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
40	<b>Помидор свежий порционный</b> <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-9, У-2	21-00
100	<b>Гуляш из курицы с луком</b> <i>куры грудка, лук репка, масло растительное, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-127, Б-11, Ж-6, У-3	60-00
180	<b>Гарнир Рис отварной с зеленью</b> <i>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-247, Б-4, Ж-6, У-44	25-00
200	<b>Чай Братский</b> <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый, ванилин</i>	ККАЛ-138, Б-1, Ж-3, У-32	12-00
50	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	7-00
32	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-55, Б-2, У-11	4-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-705, Б-23, Ж-16, У-116	<b>129-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-705, Б-23, Ж-16, У-116	<b>129-00</b>



Калькулятор  
Куликова Г. М.

06.02.2024 (7-11 лет (1 смена), 1вт)

**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>			
90	<b>Гуляш из курицы с луком</b> <i>куры грудка, лук репка, масло растительное, масло сливочное</i>	ККАЛ-114, Б-10, Ж-5, У-2 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная	<b>57-00</b>
150	<b>Гарнир Рис отварной с зеленью</b> <i>рис о/п, масло сливочное</i>	ККАЛ-205, Б-4, Ж-5, У-37 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	<b>21-00</b>
200	<b>Чай Братский</b> <i>сахар-песок, молоко сухое</i>	ККАЛ-138, Б-1, Ж-3, У-32 25%, чай байховый, ванилин	<b>12-00</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-596, Б-19, Ж-14, У-97	<b>98-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-596, Б-19, Ж-14, У-97	<b>98-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ

Фарвазтденова



Калькулятор

Куликова Г. М.

06.02.2024 (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см), 1вт)

**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>			
200	<b>Каша рисовая молочная с маслом</b> <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-230, Б-5, Ж-10, У-31	<b>31-00</b>
200	<b>Чай Братский</b> <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-138, Б-1, Ж-3, У-32	<b>12-00</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-506, Б-11, Ж-14, У-89	<b>51-00</b>
<b>обед</b>			
200	<b>Борщ Вегетарианский"</b> <small>свекла свежая, капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-45, Б-1, Ж-2, У-6	<b>17-00</b>
60/50	<b>Тефтели мясные в соусе</b> <small>фарш мясной, лук репка, мука в/с, рис, масло сливочное 72,5%, томат-паста, морковь свежая, масло растительное, соль йодированная, сахар-песок</small>	ККАЛ-185, Б-7, Ж-13, У-11	<b>45-00</b>
150	<b>Макаронные отварные (рожки)</b> <small>макаронные (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	<b>26-00</b>
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	<b>21-00</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	<b>6-00</b>
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	<b>3-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-647, Б-20, Ж-23, У-90	<b>118-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1154, Б-31, Ж-37, У-179	<b>169-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ № 31



Фарвазденова  
М. И.



Калькулятор

Куликова Г. М.