

07.05.2024 (с 12 лет(1 Смена), 2вт)

меню (с 12 лет(1 Смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
100	Комплета домашняя паровая <i>фарш мясной, хлеб белый паровой, масло растительное, лук репка, сухари паниров., яйцо, соль йодированная, зелень сух. в т.ч. петрушка</i>	ККАЛ-352, Б-6, Ж-20, У-19	71-00
180	Гарнир сложный картофель+капуста <i>картофель св. капуста белокочанная свежая, масло сливочное 72,5% молочное сухое 25%, лук репка, морковь свежая, томат-паста, соль йодированная, мука в с. сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-132, Б-4, Ж-5, У-21	33-00
200	Чай с молоком <i>молоко паст. с 25% сахар-песок, чай безглютеи</i>	ККАЛ-99, Б-3, Ж-3, У-15	14-00
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-767, Б-19, Ж-30, У-90	129-00
Итого за день		ККАЛ-767, Б-19, Ж-30, У-90	129-00



Калькулятор

Куликова Г. М.

меню (7-11 лет (1 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
90	Котлета домашняя паровая <i>фарш мясной, хлеб белый пшеничный, масло растительное, лук репка, сухари паниров., яйцо, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-317, Б-5, Ж-18, У-17	64-00
150	Гарнир сложный картофель+капуста <i>картофель св, капуста белокачанная свежая, масло сливочное 72,5% молочного сухое 25%, лук репка, морковь свежая, томат-паста, соль йодированная, мука в с, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-110, Б-3, Ж-4, У-17	23-00
200	Чай Русский <i>сахар-песок, чай байховый</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-606, Б-13, Ж-24, У-71	98-00
Итого за день		ККАЛ-606, Б-13, Ж-24, У-71	98-00

Фарвазденова
М.И.

Калькулятор

Куликова Г. М.

07.05.2024 (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см), 2вт)

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 ячневая молочная с маслом <i>ячка, молоко сухое 25%, масло сливочное 7,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-11, У-38	34-00
200	Чай с молоком <i>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-99, Б-3, Ж-3, У-15	14-00
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-520, Б-15, Ж-15, У-80	56-00
обед			
200	Суп картофельный с крупой <i>картофель св, лук репка, морковь свежая, титено илифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка) лавровый лист</i>	ККАЛ-83, Б-2, Ж-3, У-12	15-00
240	Рагу овощное с мясом <i>картофель св, свинина мясная нежирная п ф, морковь свежая, лук репка, капуста белокачанная свежая, масло сливочное 72,3%, горошек зеленый консервир., соль йодированная</i>	ККАЛ-419, Б-11, Ж-25, У-46	86-00
200	Чай Русский <i>сахар-песок, чай байховый</i>	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-712, Б-19, Ж-28, У-103	113-00
Итого за день		ККАЛ-1 232, Б-34, Ж-44, У-183	169-00

Директор
МБОУ СОШ № 30Организатор
М. И.

Калькулятор

Куликова Г. М.