

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			
280	Курица тушеная с картофелем <i>картофель св, кури-филе, масло растительное, морковь свежая, лук репка, мука в/с, соль йодированная, лавровый лист</i>	ККАЛ-341, Б-15, Ж-17, У-26	100-00
200	Какао восточный <i>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</i>	ККАЛ-130, Б-4, Ж-4, У-20	18-00
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-655, Б-25, Ж-22, У-82	129-00
Итого за день		ККАЛ-655, Б-25, Ж-22, У-82	129-00

Директор
МБОУ СОШ № 31



Фарвазденова
М.И.



Калькулятор

Куликова Г. М.

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			
190	Курица тушенная с картофелем <i>картофель св, кури-филе, масло растительное, морковь свежая, лук репка, мука в/с, соль йодированная, лавровый лист</i>	ККАЛ-231, Б-10, Ж-11, У-18	87-00
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-410, Б-15, Ж-13, У-54	98-00
Итого за день		ККАЛ-410, Б-15, Ж-13, У-54	98-00

Директор
МБОУ СОШ



Фарвазтденова
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			
200	Каша пшеничная молочная с маслом <i>пшено илифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-211, Б-7, Ж-10, У-33	31-00
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-390, Б-12, Ж-12, У-69	42-00
обед			
200	Суп крестьянский со сметаной <i>капуста белокачанная свежая, картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, пшено илифованное, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-81, Б-2, Ж-5, У-8	15-00
230	Плов со свиной. <i>свинина мясная нежирная п/ф, рис, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, лук репка, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-462, Б-15, Ж-19, У-50	97-00
200	Компот из сухофруктов <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	6-00
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-779, Б-23, Ж-25, У-109	127-00
Итого за день		ККАЛ-1 169, Б-34, Ж-37, У-178	169-00

Директор
МБОУ СОШ



Фарвазденова
М. И.



Калькулятор

Куликова Г. М.