

**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>			
20	<b>Огурец свежий порционный</b> <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-3, У-1	6-00
260	<b>Плов из курицы</b> <i>куры-филе, рис о/п, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-360, Б-22, Ж-10, У-46	91-00
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
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-639, Б-29, Ж-12, У-103	<b>129-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-639, Б-29, Ж-12, У-103	<b>129-00</b>

Директор  
МБОУ СОШФарвазденова  
М.И.

Калькулятор

Куликова Г. М.

10.04.2024 (7-11 лет (1 смена), 2ср)

**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>			
240	<b>Плов из курицы</b> <i>куры-филе, рис о/п, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-332, Б-21, Ж-9, У-43	<b>84-00</b>
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	<b>6-00</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-513, Б-25, Ж-10, У-80	<b>98-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-513, Б-25, Ж-10, У-80	<b>98-00</b>



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)
<b>завтрак</b>			
200	<b>Каша пшеничная молочная с маслом</b> <i>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-211, Б-7, Ж-10, У-33	<b>31-00</b>
200	<b>Чай Вишневый</b> <i>сахар-песок, вишня сухая, чай байховый</i>	ККАЛ-46, У-11	<b>8-00</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-395, Б-12, Ж-12, У-70	<b>47-00</b>
<b>обед</b>			
200	<b>Суп крестьянский со сметаной</b> <i>капуста белокочанная свежая, картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, пшено шлифованное, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-81, Б-2, Ж-5, У-8	<b>14-00</b>
240	<b>Плов со свиной.</b> <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-482, Б-16, Ж-20, У-52	<b>93-00</b>
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	<b>6-00</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-799, Б-23, Ж-26, У-111	<b>122-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 194, Б-35, Ж-38, У-181	<b>169-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ



Фарвазденова  
М. И.



Калькулятор

Куликова Г. М.

*Куликова*