

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			
170	Макароны с сыром(регатоны) <i>макароны (регатоны), сыр твердый (типа российский), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-273, Б-9, Ж-14, У-30	46-00
70	Омлет <i>яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-106, Б-7, Ж-8, У-1	27-00
200	Напиток вишневый <i>сок в ассортименте, вишня сухая, сахар-песок</i>	ККАЛ-112, Б-1, У-27	17-00
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-629, Б-21, Ж-23, У-84	98-00
Итого за день		ККАЛ-629, Б-21, Ж-23, У-84	98-00



Калькулятор

Кулик 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 дружба молочная с маслом <i>пшено шлифованное рис, молоко сухое 23%, масло сливочное 72.5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-162, Б-6, Ж-4, У-32	31-00
200	Напиток вишневый <i>сок в ассортименте, вишня сухая, сахар-песок</i>	ККАЛ-112, Б-1, У-27	16-00
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-412, Б-11, Ж-6, У-85	55-00
обед			
200	Суп гороховый <i>картофель св, горох сухой, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-113, Б-4, Ж-4, У-12	21-00
70/30	Ежсаки в томатно-сметанном соусе <i>свинина мясная нежирная п.ф, лук репка, яйцо, рис, мука в.с, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-200, Б-11, Ж-14, У-10	57-00
150	Гарнир гречка с овощами <i>гречка, масло сливочное 72.5%, морковь свежая, лук репка, горошек зеленый консервир., соль йодированная</i>	ККАЛ-165, Б-5, Ж-6, У-22	21-00
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, 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-712, Б-26, Ж-25, У-94	114-00
Итого за день		ККАЛ-1125, Б-37, Ж-31, У-179	169-00



Калькулятор

Куликова Г. М.

меню (с 12 лет(1 Смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
5	Горошек зелёный	ККАЛ-2	4-00
200	Макаронны с сыром(регатонны) <small>макаронны (регатонны), сыр твердый (или т.росттский), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-322, Б-11, Ж-16, У-35	54-00
100	Омлет <small>яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-151, Б-10, Ж-12, У-2	34-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
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-751, Б-28, Ж-30, У-93	129-00
Итого за день		ККАЛ-751, Б-28, Ж-30, У-93	129-00

Директор
МБОУ СОШ № 31



Фармагденова



Калькулятор

Куликова Г. М.

Куликова Г. М.