

14.02.2024 (с 12 лет(1 Смена), 2ср)

меню (с 12 лет(1 Смена))

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак		
50 Огурец свежий порционный <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-7, У-1	25-00
260 Курица тушенная с картофелем <i>картофель св, кури-филе, масло растительное, морковь свежая, лук репка, мука в/с, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-316, Б-14, Ж-16, У-24	72-00
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		129-00
Итого за день		129-00

Директор
МБОУ СОШ



Фарвазтденова
М.И.



Калькулятор

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			
50	Огурец свежий с зеленью, маслом растительным <i>огурцы свежие, масло растительное, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), чеснок свежий, соль йодированная</i>	ККАЛ-46, Ж-4, У-1	10-00
190	Курица тушенная с картофелем <i>картофель св, кури-филе, масло растительное, морковь свежая, лук репка, мука в/с, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-231, Б-10, Ж-11, У-18	59-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
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-507, Б-16, Ж-17, У-66	98-00
Итого за день		ККАЛ-507, Б-16, Ж-17, У-66	98-00

Директор
МБОУ СОШ



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)
завтрак			
200	Каша пшеничная молочная с маслом <i>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-211, Б-7, Ж-10, У-33	32-00
200	Чай Вишневый <i>сахар-песок, вишня св/мор, чай байховый</i>	ККАЛ-46, У-11	9-00
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-395, Б-12, Ж-12, У-70	49-00
обед			
200	Суп крестьянский со сметаной <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	13-00
240	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-482, Б-16, Ж-20, У-52	92-00
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-799, Б-23, Ж-26, У-111	120-00
Итого за день		ККАЛ-1 194, Б-35, Ж-38, У-181	169-00

Директор
МБОУ СОШ



Фармацевт
М. И.



Калькулятор

Куликова Г. М.

Куликова Г. М.