

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 илифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i> | ККАЛ-162, Б-6, Ж-4, У-32 | 32-00 |
| 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-341, Б-11, Ж-6, У-69 | 43-00 |
| обед | | | |
| 60/50 | Тефтели мясные в соусе <i>фарш мясной, лук репка, мука в/с, рис, масло сливочное 72,5%, томат-паста, морковь свежая, масло растительное, соль йодированная, сахар-песок</i> | ККАЛ-185, Б-7, Ж-13, У-11 | 48-00 |
| 150 | Макароны отварные (рожки) <i>макароны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i> | ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19 | 26-00 |
| 200 | Напиток из вишни, сухофруктов <i>вишня сухая, сахар-песок, сухофрукты, лимонная кислота</i> | ККАЛ-67, У-16 | 16-00 |
| 50 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-117, Б-4, У-25 | 6-00 |
| 30 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| 200 | Борщ с картофелем, сметаной <i>картофель св, свекла свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, сахар-песок, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i> | ККАЛ-90, Б-2, Ж-4, У-12 | 27-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-668, Б-20, Ж-25, У-93 | 126-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 009, Б-31, Ж-31, У-162 | 169-00 |



Фарвазтденова
М. И.



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) |
|-------------------------|--|--|-------------------------------|
| завтрак | | | |
| 100 | Котлета курочка Ряба <i>куры грудка, сухари паниров., манка, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная, чеснок свежий</i> | ККАЛ-160, Б-9, Ж-11, У-15 | 70-00 |
| 180 | Гарнир каша гречка вязкая <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i> | ККАЛ-174, Б-5, Ж-7, У-23 | 18-00 |
| 200 | Кофейный напиток Бодрость <i>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток</i> | ККАЛ-117, Б-4, Ж-4, У-16 | 18-00 |
| 40 | Мармелад | ККАЛ-128, У-32 | 12-00 |
| 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-764, Б-25, Ж-23, У-121 | 129-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-764, Б-25, Ж-23, У-121 | 129-00 |

Директор
МБОУ СОШ



Фарвазтдинова
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 | | | |
| 90 | Котлета курочка Ряба <small>куры грудка, сухари паниров., манка, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная, чеснок свежий</small> | ККАЛ-144, Б-8, Ж-10, У-13 | 63-00 |
| 150 | Гарнир каша гречка вязкая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small> | ККАЛ-145, Б-4, Ж-6, У-19 | 15-00 |
| 200 | Чай Братский <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый, ванилин</small> | ККАЛ-138, Б-1, Ж-3, У-32 | 12-00 |
| 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-565, Б-19, Ж-19, У-91 | 98-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-565, Б-19, Ж-19, У-91 | 98-00 |

Директор
МБОУ СОШ

«Средняя
общеобразовательная
школа №31 имени Андрея
Ковалева» дано
муниципального
образования города
Братска
Иркутской области
для документов
г. БРАТСК

Фармазденова
М. И.

Калькулятор

Куликова Г. М.