

**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>			
100	<b>Рыбный батончик (паровой)</b> <i>минтай филе, лук репка, хлеб белый нарезной, масло растительное, яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-158, Б-15, Ж-8, У-7	70-00
20	<b>Соус Сметано -томатный</b> <i>сметана 15%, масло растительное, мука в/с, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-33, Ж-3, У-1	12-00
180	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	30-00
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	6-00
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-560, Б-25, Ж-18, У-79	<b>129-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-560, Б-25, Ж-18, У-79	<b>129-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ



Фармацевт



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)
<b>завтрак</b>			
90	<b>Котлета рыбная любительская</b> <small>минтай филе, морковь св, яйцо, хлеб белый нарезной, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-108, Б-11, Ж-4, У-6	<b>59-00</b>
150	<b>Картофельное пюре</b> <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, У-20	<b>25-00</b>
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	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-407, Б-19, Ж-10, У-64	<b>98-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-407, Б-19, Ж-10, У-64	<b>98-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ7000

Фармацевт



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>			
250	<b>Каша пшеничная молочная с маслом</b> <i>пшено илифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-264, Б-9, Ж-13, У-41	39-00
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	6-00
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-445, Б-14, Ж-15, У-78	<b>53-00</b>
<b>обед</b>			
200	<b>Щи по-уральски со сметаной</b> <i>капуста белокочанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, пшено илифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-83, Б-2, Ж-5, У-8	29-00
90	<b>Голубцы Лето</b> <i>капуста белокочанная свежая, фарш мясной, лук репка, масло растительное, яйцо, рис, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-127, Б-6, Ж-9, У-5	44-00
150	<b>Макароны с зеленью(регатоны)</b> <i>макароны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-99, Б-5, Ж-4, У-35	26-00
200	<b>Чай Витаминный</b> <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i>	ККАЛ-70, Б-1, У-15	8-00
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-548, Б-20, Ж-20, У-98	<b>116-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-992, Б-33, Ж-34, У-176	<b>169-00</b>

Фарвазденова  
М.И.

Калькулятор

Куликова Г. М.