

18.03.2024 (с 12 лет(1 Смена), 3зн)

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	Гуляш мясной <i>свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-190, Б-19, Ж-13, У-7	78-00
180	Макаронны отварные (рожки) <i>макаронны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	31-00
200	Чай Витаминный <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i>	ККАЛ-70, Б-1, У-15	9-00
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-633, Б-32, Ж-24, У-81	129-00
Итого за день		ККАЛ-633, Б-32, Ж-24, У-81	129-00

Директор
МБОУ СОШФарвазденюва
М.И.

Калькулятор

Куликова Г. М.

18.03.2024 (7-11 лет (1 смена), 3зн)

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	Гуляш мясной <i>свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-171, Б-17, Ж-12, У-6	61-00
150	Макаронные изделия (рожки) <i>макаронные изделия (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	26-00
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-507, Б-27, Ж-21, У-62	98-00
Итого за день		ККАЛ-507, Б-27, Ж-21, У-62	98-00

Директор
МБОУ СОШ

Фарвазгенова



Калькулятор

Куликова Г. М.

18.03.2024 (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см), 3пп)

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 рисовая молочная с маслом <i>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-230, Б-5, Ж-10, У-31	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			43-00
обед			
200	Рассольник домашний со сметаной. <i>картофель св, капуста белокачанная свежая, огурцы консервированные, сметана 15%, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-91, Б-2, Ж-5, У-11	31-00
90	Биточки детские <i>фарш мясной, хлеб белый нарезной, лук репка, сухари паниров., яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-154, Б-11, Ж-15, У-9	67-00
150	Горошница - пюре <i>горох сухой, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-173, Б-10, Ж-4, У-24	16-00
200	Чай Французский (с ванилью) <i>сахар-песок, чай байховый, ванилин</i>	ККАЛ-41, У-10	3-00
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			126-00
Итого за день			169-00

Директор
МБОУ СОШФарваз Ленора
М. И.

Калькулятор

Куликова Г. М.