

**меню (с 12 лет(1 Смена))**

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
20	<b>Кукуруза порциями</b>	ККАЛ-13, У-2	23-00
100	<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-120, Б-13, Ж-5, У-7	59-00
180	<b>Картофельное пюре</b> <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	30-00
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	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-502, Б-23, Ж-13, У-80	<b>129-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-502, Б-23, Ж-13, У-80	<b>129-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ



Фарвазденова  
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)
<b>завтрак</b>			
90	<b>Котлета рыбная любительская</b> <i>минтай филе, морковь св, яйцо, хлеб белый нарезной, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-108, Б-11, Ж-4, У-6	<b>53-00</b>
15	<b>Соус Сметано -томатный</b> <i>сметана 15%, масло растительное, мука в/с, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-25, Ж-2, У-1	<b>6-00</b>
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, У-20	<b>25-00</b>
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	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-432, Б-20, Ж-13, У-65	<b>98-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-432, Б-20, Ж-13, У-65	<b>98-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ



Фарвазденова  
М. И.



Калькулятор

*Куликова Г. М.*

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>			
200	<b>Каша пшеничная молочная с маслом</b> <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-211, Б-7, Ж-10, У-33	<b>31-00</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-392, Б-12, Ж-12, У-70	<b>45-00</b>
<b>обед</b>			
200	<b>Щи по-уральски со сметаной</b> <small>капуста белокочанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-83, Б-2, Ж-5, У-8	<b>28-00</b>
20	<b>Сок томатный</b>	ККАЛ-9, У-2	<b>7-00</b>
90	<b>Голубцы Лето</b> <small>капуста белокочанная свежая, фарш мясной, лук репка, масло растительное, яйцо, рис, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-127, Б-6, Ж-9, У-5	<b>45-00</b>
150	<b>Макаронны с зеленью(регатоны)</b> <small>макаронны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-99, Б-5, Ж-4, У-35	<b>26-00</b>
200	<b>Чай с шиповником</b> <small>сахар-песок, шиповник, чай байховый</small>	ККАЛ-61, У-13	<b>9-00</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	<b>6-00</b>
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	<b>3-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-548, Б-20, Ж-20, У-98	<b>124-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-940, Б-31, Ж-32, У-168	<b>169-00</b>



Калькулятор

Куликова Г. М.