

22.02.2024 (с 12 лет(1 Смена), 1чт)

**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>Тефтели рыбные лёгкие</b> <i>минтай филе, рис о/п, лук репка, свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, зелень сухая (укроп, петрушка), соль йодированная</i>	ККАЛ-292, Б-13, Ж-15, У-18	<b>68-00</b>
50	<b>Соус Томат</b> <i>томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-25, Ж-2, У-2	<b>8-00</b>
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	<b>29-00</b>
200	<b>Напиток из вишни, сухофруктов</b> <i>вишня сухая, сахар-песок, сухофрукты, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	<b>13-00</b>
50	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	<b>7-00</b>
32	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-55, Б-2, У-11	<b>4-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-710, Б-24, Ж-24, У-97	<b>129-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-710, Б-24, Ж-24, У-97	<b>129-00</b>

Директор  
МБОУ СОШФарвазденова  
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>			
15	<b>Огурец свежий порционный</b> <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-2	3-00
90	<b>Биточки рыбные Одиссея</b> <i>минтай филе, свинина мясная нежирная п/ф, молоко свежее 2,5%, хлеб белый нарезной, яйцо, сухари паниров., масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-244, Б-12, Ж-14, У-11	56-00
50	<b>Соус Томат</b> <i>томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-25, Ж-2, У-2	2-00
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	24-00
200	<b>Чай Витаминный</b> <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i>	ККАЛ-70, Б-1, У-15	5-00
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-597, Б-21, Ж-22, У-76	<b>98-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-597, Б-21, Ж-22, У-76	<b>98-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ



Фарвазтдинова  
М. В.



Калькулятор

Куликова Г. М.

22.02.2024 (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см), 1чт)

**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)
<u>завтрак</u>			
200	<b>Каша геркулес молочная с маслом</b> <i>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-170, Б-8, Ж-4, У-27	31-00
200	<b>Чай Витаминный</b> <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i>	ККАЛ-70, Б-1, У-15	8-00
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>			<b>47-00</b>
<u>обед</u>			
200	<b>Борщ с картофелем, капустой, сметаной</b> <i>свекла свежая, картофель св, капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, лимонная кислота, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-84, Б-2, Ж-4, У-10	22-00
90	<b>Гуляш мясной</b> <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	70-00
150	<b>Макароньы с зеленью(регатоны)</b> <i>макароньы (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-99, Б-5, Ж-4, У-35	18-00
200	<b>Чай Французский (с ванилью)</b> <i>сахар-песок, чай байховый, ванилин</i>	ККАЛ-41, У-10	3-00
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>			<b>122-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>169-00</b>

Директор  
МБОУ СОШФарвазденова  
М. И.

Калькулятор

Куликова Г. М.