

31.01.2024 (7-11 лет (1 смена), 4ср)

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			
15	Огурец свежий порционный <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-2	8-00
240	Курица тушеная с картофелем, овощами. <i>картофель св, кури грудка, морковь свежая, капуста белокачанная свежая, горошек зеленый консервир., лук репка, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-214, Б-22, Ж-6, У-18	69-00
200	Напиток цитрусовый <i>апельсины св, сахар-песок, лимон свежий</i>	ККАЛ-51, У-13	13-00
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-405, Б-26, Ж-8, У-58	98-00
Итого за день		ККАЛ-405, Б-26, Ж-8, У-58	98-00

Директор
МБОУ СОШФарвазденова
М.И.

Калькулятор

Куликова Г. М.

31.01.2024 (с 12 лет(1 Смена), 4ср)

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			
10	Кукуруза порциями	ККАЛ-6, У-1	6-00
260	Курица тушеная с картофелем, овощами	ККАЛ-232, Б-23, Ж-7, У-19	91-00
<small>картофель св, кури-филе, морковь свежая, капуста белокачанная свежая, горошек зеленый консервир., лук репка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>			
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
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-515, Б-31, Ж-9, У-76	129-00
Итого за день		ККАЛ-515, Б-31, Ж-9, У-76	129-00

Директор
МБОУ СОШФарвазтденова
М. И.

Калькулятор

Куликова Г. М.

31.01.2024 (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см), 4сп)

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 пшеничная молочная с маслом <i>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-211, Б-7, Ж-10, У-33	31-00
200	Чай с шиповником <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый</i>	ККАЛ-61, У-13	8-00
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-410, Б-12, Ж-12, У-73	47-00
обед			
200	Суп овощной со сметаной <i>картофель св, капуста белокачанная свежая, лук репка, морковь свежая, сметана 15%, горошек зеленый консервир., масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-75, Б-2, Ж-4, У-8	22-00
230	Плов со свиной <i>рис, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, лук репка, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-461, Б-15, Ж-24, У-46	85-00
200	Компот из сухофруктов <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	6-00
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		ККАЛ-771, Б-23, Ж-29, У-106	122-00
Итого за день		ККАЛ-1 181, Б-35, Ж-41, У-178	169-00

Директор
МБОУ СОШ



Фарвазденова
М.И.



Калькулятор

Куликова Г. М.