

меню (Раздача с 7 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>раздача</u>			
200	Каша манная молочная с маслом <i>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-214, Б-9, Ж-11, У-25	34-00
70	Блинчики с бананом <i>бананы свежие, мука в/с, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-144, Б-4, Ж-3, У-28	45-00
200/10	Вареники с картофелем <i>картофель св, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, яйцо, молоко сухое 25%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-371, Б-9, Ж-12, У-59	56-00
20	Молоко сгущенное <i>молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%</i>	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
20	Повидло или джем фруктовый	ККАЛ-58, У-14	6-00
100	Рыба под маринадом <i>минтай филе, морковь свежая, масло растительное, лук репка, томат-паста, лимон свежий, мука в/с, сахар-песок, соль йодированная, лавровый лист</i>		75-00
100	Салат Картофельный с огурцом свежим <i>картофель св, масло растительное, огурцы свежие, горошек зеленый консервир., зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i>	ККАЛ-219, Б-2, Ж-19, У-11	29-00
250	Суп итальянский овощной <i>картофель св, помидоры свежие, кабачок свежий, лук репка, морковь свежая, спагетти, сметана 15%, сыр твердый (типа российский), масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-130, Б-4, Ж-6, У-16	46-00
50/15	Поджарка из рыбы <i>минтай филе, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-195, Б-13, Ж-13, У-7	76-00
70	Котлета Рига (куры) <i>куры-филе, сыр твердый (типа российский), масло сливочное 72,5%, сухари паниров., яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-229, Б-14, Ж-14, У-8	76-00
75	Мясо под шубой <i>свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, картофель св, сметана 15%, сыр твердый (типа российский), соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-157, Б-9, Ж-11, У-3	67-00
108/50	Голубцы с мясом, рисом <i>капуста белокачанная свежая, сметана 15%, говядина п/ф, свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, рис, томат-паста, мука в/с, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-253, Б-10, Ж-18, У-13	85-00
150	Макаронные отварные (рожки) <i>макаронные (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-149, Б-5, Ж-7, У-29	33-00
150	Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	36-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
200	Компот из сухофруктов <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	5-00
200	Чай пакетик с сахаром <i>сахар-песок, чай пакет 2 гр.</i>	ККАЛ-60, У-15	6-00
200	Чай пакетик без сахара <i>вода, чай пакет 2 гр.</i>		4-00
200	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	12-00
30	Хлеб пшеничный	ККАЛ-70, Б-2, У-15	3-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за раздача		ККАЛ-2 676, Б-89, Ж-121, У-330	731-00
Итого за день		ККАЛ-2 676, Б-89, Ж-121, У-330	731-00

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 растительное, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-227, Б-11, Ж-11, У-13	68-00
150	Гарнир Рис с морковью <i>рис о/п, морковь свежая, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-180, Б-4, Ж-7, У-28	24-00
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	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-586, Б-19, Ж-19, У-78	104-00
Итого за день		ККАЛ-586, Б-19, Ж-19, У-78	104-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева



Калькулятор

меню (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см))

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
200	Каша манная молочная с маслом <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-214, Б-9, Ж-11, У-25	34-00
200	Чай Русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-393, Б-14, Ж-12, У-62	46-00
<u>обед</u>			
150	Суп итальянский овощной <small>картофель св, помидоры свежие, кабачок свежий, лук репка, морковь свежая, спагетти, сметана 15%, сыр твердый (типа российский), масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-78, Б-2, Ж-4, У-10	27-00
50	Биточки или котлеты рыбные паровые <small>минтай филе, хлеб белый нарезной, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-125, Б-8, Ж-3, У-6	46-00
50	Соус Молочный <small>молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-51, Б-2, Ж-3, У-4	12-00
150	Макароньы отварные (рожки) <small>макароньы (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-149, Б-5, Ж-7, У-29	33-00
200	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	5-00
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-639, Б-22, Ж-18, У-99	132-00
Итого за день		ККАЛ-1 032, Б-36, Ж-30, У-160	178-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева



Калькулятор

меню (ДИ, ОВЗ с 12 лет (2 см))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
250	Суп итальянский овощной <small>картофель св, помидоры свежие, кабачок свежий, лук репка, морковь свежая, спагетти, сметана 15%, сыр твердый (типа российский), масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-130, Б-4, Ж-6, У-16	46-00
50	Биточки или котлеты рыбные паровые <small>минтай филе, хлеб белый нарезной, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-125, Б-8, Ж-3, У-6	46-00
50	Соус Молочный <small>молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-51, Б-2, Ж-3, У-4	12-00
180	Макароньы отварные (рожки) <small>макароньы (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-179, Б-6, Ж-8, У-35	40-00
200	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	5-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-785, Б-27, Ж-22, У-124	161-00
<u>полдник</u>			
80	Булочка Веснушка <small>мука в/с, масло растительное, сахар-песок, изюм, молоко сухое 25%, дрожжи сух</small>	ККАЛ-271, Б-7, Ж-8, У-42	14-00
200	Молоко свежее 2,5%	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	26-00
Итого за полдник		ККАЛ-377, Б-12, Ж-13, У-52	40-00
Итого за день		ККАЛ-1162, Б-39, Ж-35, У-176	201-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева _____

Калькулятор _____

меню (с 12 лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
70	Биточки или котлеты рыбные паровые <i>минтай филе, хлеб белый нарезной, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-175, Б-11, Ж-4, У-8	66-00
50	Соус Молочный <i>молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-51, Б-2, Ж-3, У-4	12-00
180	Макаронны отварные (рожки) <i>макаронны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-179, Б-6, Ж-8, У-35	40-00
200	Компот из сухофруктов <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	5-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-705, Б-26, Ж-17, У-110	135-00
Итого за день		ККАЛ-705, Б-26, Ж-17, У-110	135-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева



Калькулятор
