

**меню (Раздача с 7лет и старше)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>раздача</u>			
	<b>Каша солнышко (пшено, кукурузная) молочная с маслом</b>	ККАЛ-66, Б-4, Ж-8, У-5	38-00
200	<i>пшено шлифованное, кукурузная, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>		
100	<b>Оладьи с бананом</b>	ККАЛ-281, Б-7, Ж-11, У-42	29-00
	<i>мука в/с, бананы свежие, масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, дрожжи сух, соль йодированная</i>		
20	<b>Молоко сгущенное</b>	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
	<i>молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%</i>		
100	<b>Салат Весна (огурец, свекла)</b>	ККАЛ-180, Б-1, Ж-10, У-20	40-00
	<i>огурцы свежие, свекла свежая, масло растительное, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная, чеснок свежий</i>		
100	<b>Салат Десертный со свиной</b>	ККАЛ-341, Б-9, Ж-29, У-6	77-00
	<i>свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, огурцы свежие, масло растительное, чернослив б/к, орех грецкий, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i>		
250/25	<b>Щи "По - Уральски" с мясом</b>	ККАЛ-127, Б-10, Ж-8, У-8	52-00
	<i>капустка белокачанная свежая, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, лук репка, томат-паста, пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>		
70	<b>Рыба - филе навага в сметане</b>	ККАЛ-54, Б-9, Ж-2, У-1	55-00
	<i>навага б/г и/л, сметана 15%, морковь свежая, лук репка, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>		
70	<b>Рыба в тесте запеченая</b>	ККАЛ-88, Б-11, Ж-4, У-4	66-00
	<i>минтай филе, яйцо, мука в/с, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>		
70	<b>Бризоль из курицы</b>	ККАЛ-220, Б-17, Ж-24, У-1	75-00
	<i>куры-филе, сыр твердый (типа российский), яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>		
70	<b>Котлета сельская запеченая</b>	ККАЛ-191, Б-14, Ж-15, У-1	75-00
	<i>фарш мясной, лук репка, яйцо, масло растительное, соль йодированная</i>		
70	<b>Печень по-деревенски</b>	ККАЛ-162, Б-16, Ж-10, У-2	83-00
	<i>печень мясная, яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>		
150	<b>Макароньы отварные (спираль)</b>	ККАЛ-89, Б-5, Ж-6, У-26	33-00
	<i>макароньы (спираль), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>		
150	<b>Картофельное пюре</b>	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	31-00
	<i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>		
100	<b>Овощи здоровье</b>	ККАЛ-58, Б-3, Ж-3, У-5	68-00
	<i>капустка цветная св/м, капустка брокколи св/м, перец болгарский, масло растительное, лимон свежий, соль йодированная</i>		
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
200	<b>Напиток из шиповника</b>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	12-00
	<i>шиповник, сахар-песок</i>		
200	<b>Чай пакетик с сахаром</b>	ККАЛ-60, У-15	6-00
	<i>сахар-песок, чай пакет 2 гр.</i>		
200	<b>Чай пакетик без сахара</b>		4-00
	<i>вода, чай пакет 2 гр.</i>		
200	<b>Чай с лимоном</b>	ККАЛ-43, У-11	12-00
	<i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>		
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-70, Б-2, У-15	3-00
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за раздача</b>		ККАЛ-2 443, Б-116, Ж-137, У-243	<b>796-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2 443, Б-116, Ж-137, У-243	<b>796-00</b>

**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>			
50	<b>Запеканка печени с крупой и овощами</b> <small>печень мясная, рис, лук репка, морковь свежая, капуста белокачанная свежая, яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-124, Б-7, Ж-5, У-8	<b>35-00</b>
45	<b>Соус Сметано -томатный</b> <small>сметана 15%, мука в/с, томат-паста, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-51, Б-1, Ж-5, У-3	<b>24-00</b>
150	<b>Картофельное пюре</b> <small>картофель св. масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	<b>31-00</b>
200	<b>Чай с лимоном</b> <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	<b>5-00</b>
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	<b>7-00</b>
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-487, Б-16, Ж-16, У-72	<b>104-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-487, Б-16, Ж-16, У-72	<b>104-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ \_\_\_\_\_

ИП Белевцева  
\_\_\_\_\_

Калькулятор  
\_\_\_\_\_

**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 солнышко (пшено, кукурузная) молочная с маслом</b>	ККАЛ-66, Б-4, Ж-8, У-5	<b>38-00</b>
<small>пшено шлифованное, кукурузная, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>			
200	<b>Чай с лимоном</b>	ККАЛ-43, У-11	<b>5-00</b>
<small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>			
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	<b>7-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-247, Б-8, Ж-10, У-42	<b>52-00</b>
<u>обед</u>			
200	<b>Щи по-уральски со сметаной</b>	ККАЛ-83, Б-2, Ж-5, У-8	<b>37-00</b>
<small>капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>			
230	<b>Плов петровский с мясом (перловка)</b>	ККАЛ-363, Б-15, Ж-17, У-40	<b>68-00</b>
<small>перловка, свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>			
200	<b>Напиток из шиповника</b>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	<b>12-00</b>
<small>шиповник, сахар-песок</small>			
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-711, Б-24, Ж-23, У-102	<b>126-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-958, Б-32, Ж-33, У-144	<b>178-00</b>

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>			
8	<b>Огурец солёный консервированный</b>	ККАЛ-1	<b>6-00</b>
250	<b>Щи по-уральски со сметаной</b> <small>капуста белокочанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, пишено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-103, Б-3, Ж-6, У-10	<b>46-00</b>
240	<b>Плов петровский с мясом (перловка)</b> <small>перловка, свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-379, Б-16, Ж-18, У-42	<b>73-00</b>
200	<b>Напиток из шиповника</b> <small>шиповник, сахар-песок</small>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	<b>12-00</b>
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	<b>8-00</b>
40	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	<b>4-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-813, Б-27, Ж-26, У-119	<b>149-00</b>
<u>полдник</u>			
75	<b>Пирожок с картофелем</b> <small>картофель св, мука в/с, масло растительное, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, лук репка, дрожжи сух, соль йодированная</small>	ККАЛ-250, Б-5, Ж-11, У-33	<b>26-00</b>
200	<b>Молоко свежее 2,5%</b>	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	<b>26-00</b>
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-357, Б-11, Ж-16, У-43	<b>52-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 170, Б-38, Ж-41, У-162	<b>201-00</b>

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)
<i>обед</i>			
25	<b>Огурец солёный консервированный</b>	ККАЛ-3	<b>17-00</b>
280	<b>Плов петровский с мясом (перловка)</b>	ККАЛ-442, Б-18, Ж-21, У-49	<b>85-00</b>
<small>перловка, свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>			
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	<b>21-00</b>
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	<b>8-00</b>
40	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	<b>4-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-770, Б-27, Ж-22, У-117	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-770, Б-27, Ж-22, У-117	<b>135-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ \_\_\_\_\_

ИП Белевцева \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_