

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 дружба молочная с маслом <i>пшено илифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-121, Б-6, Ж-4, У-22	39-00
100	Оладьи с яблоками <i>мука в/с, яйцо, яблоки свежие, масло растительное, молоко сухое 25%, сахар-песок, дрожжи сух</i>	ККАЛ-282, Б-8, Ж-12, У-40	30-00
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	Огурец с горошком, свеклой <i>свекла свежая, огурцы свежие, масло растительное, горошек зеленый консервир., соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-189, Б-1, Ж-19, У-6	35-00
100	Салат Барский <i>куры-филе, картофель св, яйцо, масло растительное, фасоль, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i>	ККАЛ-198, Б-1, Ж-19, У-9	51-00
250	Уха финская из красной рыбы, сметаной <i>картофель св, горбуша потрош. б/г, сметана 15%, морковь свежая, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-104, Б-7, Ж-4, У-11	57-00
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	Бризоль из курицы <i>куры-филе, сыр твердый (типа российский), яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-220, Б-17, Ж-24, У-1	75-00
80	Котлета из филе курицы рубленая <i>куры-филе, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-187, Б-16, Ж-7, У-14	65-00
80	Печень по - строгановски. <i>печень мясная, сметана 15%, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-116, Б-11, Ж-7, У-3	74-00
150	Макароньы отварные (спираль) <i>макароньы (спираль), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-89, Б-5, Ж-6, У-26	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
100	Овощи здоровье <i>капуста цветная св/м, капуста брокколи св/м, перец болгарский, масло растительное, лимон свежий, соль йодированная</i>	ККАЛ-58, Б-3, Ж-3, У-5	68-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	7-00
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-2 374, Б-98, Ж-126, У-276	714-00
Итого за день		ККАЛ-2 374, Б-98, Ж-126, У-276	714-00

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			
50	Запеканка Камчатка (рыба) <i>минтай филе, фарш мясной, яйцо, лук репка, рис, масло растительное, масло сливочное 72,5%, зелень сухая (укроп, петрушка), соль йодированная</i>	ККАЛ-124, Б-6, Ж-7, У-7	47-00
40	Соус Молочный <i>молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-41, Б-1, Ж-3, У-3	7-00
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	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	5-00
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-460, Б-16, Ж-15, У-68	104-00
Итого за день		ККАЛ-460, Б-16, Ж-15, У-68	104-00

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	Каша дружба молочная с маслом <i>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-121, Б-6, Ж-4, У-22	39-00
200	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	5-00
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-302, Б-11, Ж-6, У-59	53-00
<u>обед</u>			
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-188, Б-2, Ж-8, У-8	28-00
220	Плов со свиной <i>рис о/п, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, масло растительное, лук репка, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-253, Б-14, Ж-13, У-41	81-00
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-66, У-16	7-00
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-674, Б-21, Ж-22, У-100	125-00
Итого за день		ККАЛ-977, Б-32, Ж-28, 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>			
230	Суп овощной со сметаной <small>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</small>	ККАЛ-216, Б-2, Ж-9, У-10	32-00
280	Плов со свиной <small>рис о.п, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, масло растительное, лук репка, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-322, Б-17, Ж-17, У-53	103-00
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	7-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-818, Б-27, Ж-27, У-123	153-00
<u>полдник</u>			
50	Коржик Молочный <small>мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко свежее 2,5%, яйцо, масло растительное, сода пищевая, ванилин</small>	ККАЛ-156, Б-3, Ж-5, У-33	22-00
200	Молоко свежее 2,5%	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	26-00
Итого за полдник		ККАЛ-262, Б-9, Ж-10, У-43	48-00
Итого за день		ККАЛ-1 080, Б-36, Ж-38, У-166	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>			
15	Огурец солёный консервированный	ККАЛ-2	13-00
280	Плов со свиной <small>рис о/п, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, масло растительное, лук репка, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-322, Б-17, Ж-17, У-53	103-00
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-66, У-16	7-00
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-622, Б-26, Ж-18, У-117	135-00
Итого за день		ККАЛ-622, Б-26, Ж-18, У-117	135-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева



Калькулятор _____