

меню (Раздача 7лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
раздача			
200	Каша солнышко (пшено, кукурузная) молочная с маслом <small>пшено шлифованное, кукурузная, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-66, Б-4, Ж-8, У-5	38-00
100	Оладьи с бананом <small>мука в/с, бананы свежие, масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, дрожжи сух, соль йодированная</small>	ККАЛ-281, Б-7, Ж-11, У-42	29-00
20	Молоко сгущенное <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%</small>	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
100	Салат Витаминный (капуста, яблоко) <small>капуста белокачанная свежая, яблоки свежие, масло растительное, сахар-песок, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), лимонная кислота, соль йодированная</small>	ККАЛ-229, Б-1, Ж-20, У-13	28-00
100	Салат Десертный со свиной <small>свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, огурцы свежие, масло растительное, чернослив б/к, орех грецкий, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</small>	ККАЛ-341, Б-9, Ж-29, У-6	75-00
250/25	Щи "По - Уральски" с мясом <small>капуста 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</small>	ККАЛ-127, Б-10, Ж-8, У-8	52-00
100	Рыба - филе навага в сметане <small>навага б/г н/п, сметана 15%, морковь свежая, лук репка, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-78, Б-13, Ж-2, У-1	55-00
70	Бризоль из курицы <small>куры-филе, сыр твердый (типа российский), яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-220, Б-17, Ж-24, У-1	75-00
80	Котлета сельская запеченая <small>фарш мясной, лук репка, яйцо, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-218, Б-15, Ж-17, У-1	75-00
70	Печень по-деревенски <small>печень мясная, яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-162, Б-16, Ж-10, У-2	83-00
150	Макаронны отварные (спираль) <small>макаронны (спираль), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-89, Б-5, Ж-6, У-26	32-00
150	Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	28-00
100	Овощи здоровье <small>капуста цветная св/м, капуста брокколи св/м, перец болгарский, масло растительное, лимон свежий, соль йодированная</small>	ККАЛ-58, Б-3, Ж-3, У-5	68-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	20-00
200	Чай пакетик с сахаром <small>сахар-песок, чай пакет 2 гр.</small>	ККАЛ-60, У-15	6-00
200	Чай пакетик без сахара <small>вода, чай пакет 2 гр.</small>		4-00
200	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	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-2 359, Б-110, Ж-146, У-212	699-00
Итого за день		ККАЛ-2 359, Б-110, Ж-146, У-212	699-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева _____

Калькулятор

меню (Раздача 7 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
раздача			
	Каша солнышко (пшено, кукурузная) молочная с маслом	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	Оладьи с бананом	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	Молоко сгущенное	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
	<i>молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%</i>		
100	Салат Витаминный (капуста, яблоко)	ККАЛ-229, Б-1, Ж-20, У-13	28-00
	<i>капуста белокачанная свежая, яблоко свежее, масло растительное, сахар-песок, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), лимонная кислота, соль йодированная</i>		
100	Салат Десертный со свиной	ККАЛ-341, Б-9, Ж-29, У-6	75-00
	<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	Щи "По - Уральски" с мясом	ККАЛ-127, Б-10, Ж-8, У-8	52-00
	<i>капуста 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>		
100	Рыба - филе навага в сметане	ККАЛ-78, Б-13, Ж-2, У-1	55-00
	<i>навага б/г н/п, сметана 15%, морковь свежая, лук репка, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>		
70	Бризоль из курицы	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>		
80	Котлета сельская запеченая	ККАЛ-218, Б-15, Ж-17, У-1	75-00
	<i>фарш мясной, лук репка, яйцо, масло растительное, соль йодированная</i>		
70	Печень по-деревенски	ККАЛ-162, Б-16, Ж-10, У-2	83-00
	<i>печень мясная, яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>		
150	Макароньы отварные (спираль)	ККАЛ-89, Б-5, Ж-6, У-26	32-00
	<i>макароньы (спираль), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>		
150	Картофельное пюре	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	28-00
	<i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>		
100	Овощи здоровье	ККАЛ-58, Б-3, Ж-3, У-5	68-00
	<i>капуста цветная св/м, капуста брокколи св/м, перец болгарский, масло растительное, лимон свежий, соль йодированная</i>		
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	20-00
200	Чай пакетик с сахаром	ККАЛ-60, У-15	6-00
	<i>сахар-песок, чай пакет 2 гр.</i>		
200	Чай пакетик без сахара		4-00
	<i>вода, чай пакет 2 гр.</i>		
200	Чай с лимоном	ККАЛ-43, У-11	12-00
	<i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>		
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-2 359, Б-110, Ж-146, У-212	699-00
Итого за день		ККАЛ-2 359, Б-110, Ж-146, У-212	699-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева



Калькулятор

меню (7-11 лет (1 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
50	Запеканка печени с крупой и овощами <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-110, Б-6, Ж-4, У-8	35-00
50	Соус Сметано -томатный <small>сметана 15%, мука в/с, томат-паста, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-56, Б-1, Ж-6, У-3	27-00
150	Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-114, Б-3, Ж-4, У-20	28-00
200	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	5-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-479, Б-15, Ж-16, У-72	104-00
<u>Молочная перемена</u>			
200	Молоко свежее 2,5%	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
Итого за Молочная перемена		ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
Итого за день		ККАЛ-586, Б-21, Ж-21, У-82	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>			
	Каша солнышко (пшено, кукурузная) молочная с маслом	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>		
200	Чай с лимоном	ККАЛ-43, У-11	5-00
	<i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>		
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-247, Б-8, Ж-10, У-42	51-00
<u>обед</u>			
200	Щи по-уральски со сметаной	ККАЛ-83, Б-2, Ж-5, У-8	35-00
	<i>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</i>		
200	Плов петровский с мясом (перловка)	ККАЛ-316, Б-13, Ж-15, У-35	64-00
	<i>перловка, свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>		
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	20-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	5-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-659, Б-22, Ж-21, У-97	127-00
Итого за день		ККАЛ-906, Б-30, Ж-31, У-140	178-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Беловцева



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>			
3	Огурец солёный консервированный		2-00
200	Щи по-уральски со сметаной	ККАЛ-83, Б-2, Ж-5, У-8 <small>капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, пишено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	35-00
240	Плов петровский с мясом (перловка)	ККАЛ-379, Б-16, Ж-18, У-42 <small>перловка, свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	77-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	24-00
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-805, Б-26, Ж-25, У-124	150-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с картофелем	ККАЛ-250, Б-5, Ж-11, У-33 <small>картофель св, мука в/с, масло растительное, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, лук репка, дрожжи сух, соль йодированная</small>	25-00
200	Молоко свежее 2,5%	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	26-00
Итого за полдник		ККАЛ-357, Б-11, Ж-16, У-43	51-00
Итого за день		ККАЛ-1161, Б-37, Ж-41, У-167	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	10-00
280	Плов петровский с мясом (перловка) <small>перловка, свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-442, Б-18, Ж-21, У-49	89-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	24-00
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-787, Б-26, Ж-23, У-123	135-00
Итого за день		ККАЛ-787, Б-26, Ж-23, У-123	135-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева

Калькулятор
