

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>			
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
70	Блинчики с бананом <small>бананы свежие, мука в/с, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-144, Б-4, Ж-3, У-28	45-00
200/10	Вареники с картофелем <small>картофель св, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, яйцо, молоко сухое 25%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-371, Б-9, Ж-12, У-59	55-00
105	Пельмени мясные отварные <small>мука в/с, свинина мясная нежирная п/ф, говядина п/ф, масло сливочное 72,5%, лук репка, яйцо, соль йодированная, сахар-песок</small>	ККАЛ-224, Б-11, Ж-11, У-19	65-00
20	Молоко сгущенное <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%</small>	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
20	Повидло или джем фруктовый	ККАЛ-58, У-14	6-00
100	Маринад овощной <small>морковь свежая, лук репка, томат-паста, масло растительное, лимон свежий, сахар-песок</small>		31-00
100	Салат Лакомка <small>куры-филе, огурцы свежие, масло растительное, яйцо, горошек зеленый консервир., соль йодированная</small>	ККАЛ-222, Б-6, Ж-20, У-1	60-00
200/20/10	Щи из св. капусты с курицей, сметаной. <small>капуста белокачанная свежая, куры-тушка потрош., картофель св, сметана 15%, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-128, Б-7, Ж-9, У-7	46-00
80	Рыба в яйце <small>минтай филе, яйцо, мука в/с, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-103, Б-12, Ж-5, У-4	73-00
70	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-54, Б-9, Ж-2, У-1	51-00
90	Гуляш из курицы с луком <small>куры-филе, лук репка, масло растительное, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-171, Б-7, Ж-9, У-2	65-00
80	Котлета татарская (куры, свинина) <small>свинина мясная нежирная п/ф, куры-филе, лук репка, мука в/с, хлеб белый нарезной, яйцо, соль йодированная</small>	ККАЛ-177, Б-13, Ж-9, У-10	62-00
90	Колобок с печенью <small>картофель св, печень мясная, яйцо, лук репка, мука в/с, сыр твердый (типа российский), масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-132, Б-9, Ж-5, У-11	56-00
150	Макаронны отварные (рожки) <small>макаронны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-149, Б-5, Ж-7, У-29	33-00
150	Картофель запеченный <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-173, Б-3, Ж-9, У-18	46-00
150	Гарнир гречка с морковью <small>гречка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, лук репка, соль йодированная</small>	ККАЛ-175, Б-5, Ж-6, У-24	24-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
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-2 874, Б-116, Ж-121, У-333	814-00
Итого за день		ККАЛ-2 874, Б-116, Ж-121, У-333	814-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Беленева

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)
завтрак			
65	Суфле мясное Мамино <i>фарш мясной, лук репка, геркулес, яйцо, масло растительное, сухари паниров., соль йодированная</i>	ККАЛ-151, Б-7, Ж-10, У-7	45-00
50	Соус Томат <i>томат-паста, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-25, Ж-2, У-2	9-00
150	Гарнир гречка с морковью <i>гречка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, лук репка, соль йодированная</i>	ККАЛ-175, Б-5, Ж-6, У-24	24-00
200	Компот из смеси ягод (смородины, вишни, яблок св/мор) <i>ягодно-фруктовая смесь(смородина черная, вишня, яблоко), сахар-песок, лимон свежий</i>	ККАЛ-52, У-12	17-00
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-540, Б-18, Ж-19, У-72	104-00
Итого за день		ККАЛ-540, Б-18, Ж-19, У-72	104-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева

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)
завтрак			
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 с сахаром <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			46-00
обед			
150	Щи из св. капусты с картофелем <small>капуста белокочанная свежая, картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-51, Б-1, Ж-3, У-5	19-00
85	Фишболы с соусом <small>минтай филе, сметана 15%, картофель св, лук репка, сухари паниров., масло растительное, огурцы свежие, молоко сухое 25%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), чеснок свежий</small>	ККАЛ-189, Б-9, Ж-9, У-7	60-00
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	Напиток апельсиновый <small>апельсины св, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-50, У-13	12-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
20	Хлеб ржаной.	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за обед			132-00
Итого за день			178-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева

*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>			
200	Щи из св. капусты с картофелем <small>капуста белокочанная свежая, картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-68, Б-2, Ж-4, У-7	26-00
90	Фишболы с соусом <small>минтай филе, сметана 15%, картофель св, лук репка, сухари паниров., масло растительное, огурцы свежие, молоко сухое 25%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), чеснок свежий</small>	ККАЛ-200, Б-10, Ж-9, У-7	62-00
180	Макароны отварные (рожки) <small>макароны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-179, Б-6, Ж-8, У-35	40-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
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-771, Б-26, Ж-23, У-117	161-00
<u>полдник</u>			
90	Булочка дорожная <small>мука в/с, сахар-песок, масло растительное, дрожжи сух, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-199, Б-7, Ж-12, У-24	18-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	22-00
Итого за полдник		ККАЛ-299, Б-12, Ж-17, У-32	40-00
Итого за день		ККАЛ-1 070, Б-38, Ж-40, У-148	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)
<i><u>обед</u></i>			
100	Фишболы с соусом <small>минтай филе, сметана 15%, картофель св, лук репка, сухари паниров., масло растительное, огурцы свежие, молоко сухое 25%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), чеснок свежий</small>	ККАЛ-222, Б-11, Ж-10, У-8	71-00
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	Напиток апельсиновый <small>апельсины св, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-50, У-13	12-00
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-683, Б-25, Ж-19, У-103	135-00
Итого за день		ККАЛ-683, Б-25, Ж-19, У-103	135-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева

Белевцева

Калькулятор _____