

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)
раздача			
200	Каша пшеничная молочная с маслом пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-202, Б-7, Ж-10, У-26	38-00
50	Сырники творог свежий 9%, манка, сахар-песок, яйцо, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, ванилин	ККАЛ-124, Б-9, Ж-5, У-10	45-00
100	Блинчики мука в/с, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-264, Б-10, Ж-7, У-44	29-00
20	Сметана	ККАЛ-32, Б-1, Ж-3, У-1	16-00
20	Молоко сгущенное молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
20	Повидло или джем фруктовый	ККАЛ-58, У-14	6-00
100	Винегрет овощной картофель св., свекла свежая, морковь свежая, огурцы консервированные, горошек зеленый консервир., масло растительное, лук репка	ККАЛ-122, Б-2, Ж-10, У-8	30-00
100	Салат Здоровье (с печенью) лук репка, огурцы консервированные, печень мясная, масло растительное, горошек зеленый консервир., соль йодированная	ККАЛ-207, Б-4, Ж-20, У-5	55-00
250	Свекольник Литовский с яйцом, сметаной свекла свежая, картофель св., яйцо, огурцы консервированные, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-132, Б-4, Ж-9, У-11	35-00
70	Рыба под сыром с помидором горбуша повторн. б/г, помидоры свежие, лук репка, сыр твердый (типа российский), сметана 15%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-106, Б-12, Ж-7, У-1	79-00
70	Гурман из кур куры-филе, яйцо, сметана 15%, масло растительное, крахмал картофельный, чеснок свежий, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-199, Б-14, Ж-12, У-5	75-00
70	Котлета Рига (куры) куры-филе, сыр твердый (типа российский), масло сливочное 72,5%, сухари паниров., яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная	ККАЛ-229, Б-14, Ж-14, У-8	77-00
65	Печень с луком печень мясная, лук репка, масло растительное, мука в/с, соль йодированная	ККАЛ-137, Б-12, Ж-7, У-7	72-00
150	Макароны отварные (регатоны) макароны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-209, Б-5, Ж-7, У-32	33-00
150	Капуста тушеная капуста белокочанная свежая, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-73, Б-2, Ж-3, У-8	35-00
150	Картофель отварной с маслом картофель св., масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-173, Б-3, Ж-9, У-12	28-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	20-00
200	Чай пакетик с сахаром сахар-песок, чай пакет 2 гр.	ККАЛ-60, У-15	6-00
200	Чай пакетик без сахара вода, чай пакет 2 гр.		4-00
200	Чай с лимоном сахар-песок, лимон свежий, чай пакет 2 гр.	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-2 644, Б-104, Ж-125, У-273	714-00
Итого за день		ККАЛ-2 644, Б-104, Ж-125, У-273	714-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор

16.01.2025 (7-11 лет (1 смена), 4чт)

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

150	Запеканка "Нежная" с творогом творог свежий 9%, рис, яйцо, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, сухари паниров., соль йодированная, ванилин	ККАЛ-193, Б-13, Ж-11, У-23	81-00
50	Подливка из джема или повидла джем в ассортименте, мука в/с	ККАЛ-57, У-14	6-00
200	Чай Вишневый сахар-песок, вишня сухая, чай байховый	ККАЛ-46, У-11	9-00
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-434, Б-18, Ж-12, У-75 **104-00****Итого за день** ККАЛ-434, Б-18, Ж-12, У-75 **104-00**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)
обед			
15	Горошек зелёный	ККАЛ-6, У-1	10-00
90	Суфле из печени печень мясная, рис, лук репка, свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-125, Б-14, Ж-6, У-3	65-00
50	Соус Молочный молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-51, Б-2, Ж-3, У-4	12-00
180	Гарнир Рис Цветной рис о/п, масло сливочное 72,5%, морковь свежая, кукуруза консервированная, горошек зеленый консервир., соль йодированная	ККАЛ-224, Б-4, Ж-5, У-41	33-00
200	Чай Французский (с ванилью) сахар-песок, чай байховый, ванилин	ККАЛ-41, У-10	3-00
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-680, Б-29, Ж-15, У-107	135-00
Итого за день		ККАЛ-680, Б-29, Ж-15, У-107	135-00

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)
завтрак			
200	Каша пшениная молочная с маслом пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-202, Б-7, Ж-10, У-26	38-00
200	Чай Вишневый сахар-песок, вишня сухая, чай байховый	ККАЛ-46, У-11	9-00
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			55-00
обед			
200	Свекольник Литовский с яйцом, сметаной свекла свежая, картофель св. яйцо, огурцы консервированные, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-106, Б-3, Ж-7, У-9	29-00
60	Суфле из печени печень мясная, рис, лук репка, свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-83, Б-9, Ж-4, У-2	44-00
50	Соус Молочный молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-51, Б-2, Ж-3, У-4	12-00
150	Гарнир Рис Цветной рис о/п, масло сливочное 72,5%, морковь свежая, кукуруза консервированная, горошек зеленый консервир., соль йодированная	ККАЛ-186, Б-4, Ж-4, У-34	27-00
200	Чай Французский (с ванилью) сахар-песок, чай байховый, ванилин	ККАЛ-41, У-10	3-00
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			123-00
Итого за день			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)
обед			
200	Свекольник Литовский с яйцом, сметаной свекла свежая, картофель св, яйцо, огурцы консервированные, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-106, Б-3, Ж-7, У-9	29-00
75	Суфле из печени печень мясная, рис, лук репка, свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-104, Б-12, Ж-5, У-2	56-00
50	Соус Молочный молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-51, Б-2, Ж-3, У-4	12-00
180	Гарнир Рис Цветной рис о/п, масло сливочное 72,5%, морковь свежая, кукуруза консервированная, горошек зеленый консервир., соль йодированная	ККАЛ-224, Б-4, Ж-5, У-41	33-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	20-00
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-809, Б-30, Ж-21, У-124	162-00
полдник			
55	Булочка Домашняя мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух	ККАЛ-83, Б-3, Ж-4, У-6	17-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	22-00
Итого за полдник		ККАЛ-183, Б-9, Ж-9, У-14	39-00
Итого за день		ККАЛ-992, Б-39, Ж-30, У-138	201-00

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор