

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 пшеничная молочная с маслом <i>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-202, Б-7, Ж-9, У-20	38-00
70	Блинчики с бананом <i>бананы свежие, мука в/с, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-144, Б-4, Ж-3, У-28	45-00
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	Салат Переменка (яйцо, овощи) <i>картофель св, яйцо, огурцы консервированные, горошек зеленый консервир., масло растительное, морковь свежая, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i>	ККАЛ-149, Б-4, Ж-12, У-8	36-00
100	Салат Темный бархат (овощи, изюм, орех, сыр) <i>свекла свежая, морковь свежая, масло растительное, орех грецкий, изюм, сыр твердый (типа российский), зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i>	ККАЛ-305, Б-4, Ж-26, У-11	45-00
250/20/10	Борщ с картофелем, курицей, сметаной <i>картофель св, свекла свежая, кури-тушка потрош., морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, сахар-песок, соль йодированная, чеснок свежий, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-164, Б-7, Ж-8, У-15	58-00
90	Котлета рыбная любительская <i>минтай филе, морковь свежая, яйцо, хлеб белый нарезной, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-108, Б-11, Ж-4, У-6	55-00
90	Гуляш из курицы с луком <i>кури-филе, лук репка, масло растительное, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-171, Б-7, Ж-9, У-2	65-00
70	Бризоль мясная <i>свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, сыр твердый (типа российский), масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-331, Б-14, Ж-29, У-3	80-00
50/15	Печень с луком <i>печень мясная, лук репка, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-137, Б-12, Ж-7, У-7	72-00
150	Макароньы отварные (регатоны) <i>макароньы (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-209, Б-5, Ж-7, У-32	33-00
150	Капуста тушеная <i>капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-73, Б-2, Ж-3, У-8	40-00
150	Рагу овощное <i>картофель св, капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, горошек зеленый консервир., масло сливочное 72,5%, томат-паста, мука в/с, зелень сухая (укроп, петрушка), соль йодированная, лавровый лист, сахар-песок</i>	ККАЛ-146, Б-4, Ж-6, У-19	52-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
200	Компот из вишни, изюма <i>вишня сухая, изюм, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-92, У-23	12-00
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 ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
30	Хлеб пшеничный	ККАЛ-70, Б-2, У-15	3-00
Итого за раздача		ККАЛ-2 665, Б-89, Ж-126, У-277	699-00
Итого за день		ККАЛ-2 665, Б-89, Ж-126, У-277	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>			
70	Фрикадельки мясные паровые <i>фарш мясной, хлеб белый нарезной, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-163, Б-9, Ж-8, У-6	68-00
50	Соус Томат <i>томат-паста, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-28, Б-1, Ж-2, У-3	5-00
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-204, Б-5, Ж-8, У-27	19-00
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай байховый</i>	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		ККАЛ-574, Б-19, Ж-20, У-72	104-00
Итого за день		ККАЛ-574, Б-19, Ж-20, У-72	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 пшеничная молочная с маслом <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-202, Б-7, Ж-9, У-20	38-00
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			50-00
<u>обед</u>			
170	Борщ Вегетарианский <small>свекла свежая, капуста белокочанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-38, Б-1, Ж-5, У-5	16-00
90	Гуляш мясной <small>свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, томат-паста, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-227, Б-11, Ж-11, У-13	65-00
150	Гарнир Рис отварной <small>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-208, Б-3, Ж-5, У-33	26-00
200	Компот из вишни, изюма <small>вишня сухая, изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	12-00
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			128-00
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)
<u>обед</u>			
250	Борщ Вегетарианский <small>свекла свежая, капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-56, Б-2, Ж-8, У-7	24-00
100	Гуляш мясной <small>свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, томат-паста, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-252, Б-12, Ж-12, У-14	72-00
180	Гарнир Рис отварной <small>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-249, Б-4, Ж-6, У-40	31-00
200	Компот из вишни, изюма <small>вишня сухая, изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	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-882, Б-26, Ж-27, У-131	151-00
<u>полдник</u>			
100	Булочка Домашняя <small>мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-192, Б-6, Ж-2, У-39	28-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	22-00
Итого за полдник		ККАЛ-293, Б-11, Ж-7, У-47	50-00
Итого за день		ККАЛ-1 174, Б-37, Ж-35, У-178	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	Горошек зелёный	ККАЛ-6, У-1	8-00
100	Гуляш мясной <small>свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, томат-паста, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-252, Б-12, Ж-12, У-14	72-00
180	Гарнир Рис отварной <small>рис о/п, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-249, Б-4, Ж-6, У-40	31-00
200	Компот из вишни, изюма <small>вишня сушая, изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	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-832, Б-25, Ж-20, У-125	135-00
Итого за день		ККАЛ-832, Б-25, Ж-20, У-125	135-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева

Калькулятор
