

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 рисовая молочная с маслом <i>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i> | ККАЛ-230, Б-5, Ж-10, У-31 | 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 | Салат овощной с морской капустой <i>картофель св, масло растительное, капуста белокачанная свежая, капуста морская консерва, лук репка, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i> | ККАЛ-211, Б-1, Ж-19, У-9 | 30-00 |
| 100 | Салат Новинка (рис, яйцо, сыр, мясо) <i>свинина мясная нежирная п/ф, яйцо, масло растительное, сыр твердый (типа российский), рис, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i> | ККАЛ-291, Б-9, Ж-24, У-6 | 61-00 |
| 200/10/10 | Суп овощной с курицей сметаной. <i>картофель св, капуста белокачанная свежая, кури-тушка потрош., сметана 15%, лук репка, морковь свежая, горошек зеленый консервир., масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i> | ККАЛ-101, Б-4, Ж-7, У-8 | 36-00 |
| 100 | Рыба навага запеченная (филе) <i>навага б/г н/п, масло растительное, мука в/с, соль йодированная</i> | ККАЛ-119, Б-18, Ж-6, У-3 | 62-00 |
| 70 | Наггетсы кур <i>кури-филе, сухари паниров., мука в/с, яйцо, масло растительное, соль йодированная</i> | ККАЛ-197, Б-14, Ж-10, У-18 | 49-00 |
| 80 | Зразы с луком, яйцом <i>фарш мясной, лук репка, яйцо, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-249, Б-11, Ж-17, У-11 | 61-00 |
| 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 | Макаронь отварные (спираль) <i>макаронь (спираль), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i> | ККАЛ-89, Б-5, Ж-6, У-26 | 33-00 |
| 150 | Картофель запеченный <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-173, Б-3, Ж-9, У-18 | 46-00 |
| 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 | 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 пакет 2 гр.</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-2 551, Б-97, Ж-131, У-273 | 657-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-2 551, Б-97, Ж-131, У-273 | 657-00 |

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) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| завтрак | | | |
| 90 | Салат Нежность (морковь,зел.горошек) <i>морковь свежая, горошек зеленый консервир., масло растительное, соль йодированная</i> | ККАЛ-100, Б-2, Ж-2, У-5 | 25-00 |
| 150 | Омлет натуральный запеченный. <i>яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i> | ККАЛ-211, Б-14, Ж-12, У-1 | 68-00 |
| 200 | Чай Русский <i>сахар-песок, чай байховый</i> | ККАЛ-41, У-10 | 3-00 |
| 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-489, Б-20, Ж-15, У-43 | 104-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-489, Б-20, Ж-15, У-43 | 104-00 |

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева



Калькулятор _____

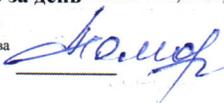
22.01.2025 (с 12 лет (2 смена), 1ср)

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>обед</i> | | | |
| 10 | Огурец свежий с зеленью, маслом растительным <i>огурцы свежие, масло растительное, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), чеснок свежий, соль йодированная</i> | ККАЛ-9, Ж-1 | 7-00 |
| 75 | Котлета кур "быстро" <i>куры-филе, сухари паниров., лук репка, масло растительное</i> | ККАЛ-205, Б-14, Ж-12, У-10 | 55-00 |
| 50 | Соус Красный основной <i>морковь свежая, томат-паста, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-20, Ж-1, У-3 | 6-00 |
| 180 | Гарнир каша перловая с овощами <i>перловка, масло сливочное 72,5%, лук репка, морковь свежая, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-255, Б-5, Ж-9, У-24 | 38-00 |
| 200 | Компот из вишни сухой <i>вишня сухая, сахар-песок, лимонная кислота</i> | ККАЛ-120, У-30 | 17-00 |
| 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-842, Б-27, Ж-23, У-116 | 135-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-842, Б-27, Ж-23, У-116 | 135-00 |

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева

Калькулятор

22.01.2025 (ДИ, ОВЗ с 12 лет (2 см), 1ср)

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 | 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-93, Б-2, Ж-5, У-11 | 34-00 |
| 55 | Котлета кур "быстро" <i>куры-филе, сухари паниров., лук репка, масло растительное</i> | ККАЛ-151, Б-10, Ж-8, У-8 | 41-00 |
| 50 | Соус Красный основной <i>морковь свежая, томат-паста, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-20, Ж-1, У-3 | 6-00 |
| 180 | Гарнир каша перловая с овощами <i>перловка, масло сливочное 72,5%, лук репка, морковь свежая, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-255, Б-5, Ж-9, У-24 | 38-00 |
| 200 | Компот из вишни сухой <i>вишня сухая, сахар-песок, лимонная кислота</i> | ККАЛ-120, У-30 | 17-00 |
| 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-871, Б-25, Ж-25, У-123 | 148-00 |
| <u>полдник</u> | | | |
| 90 | Булочка Ванильная <i>мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная, дрожжи сух, ванилин</i> | ККАЛ-294, Б-7, Ж-7, У-51 | 27-00 |
| 200 | Молоко свежее 2,5% | ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10 | 26-00 |
| Итого за полдник | | ККАЛ-400, Б-13, Ж-12, У-60 | 53-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 271, Б-39, Ж-36, У-184 | 201-00 |

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Белевцева

Калькулятор

22.01.2025 (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см), 1ср)

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 рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small> | ККАЛ-230, Б-5, Ж-10, У-31 | 39-00 |
| 200 | Чай Русский <small>сахар-песок, чай байховый</small> | ККАЛ-41, У-10 | 3-00 |
| 20 | Хлеб ржаной | ККАЛ-34, Б-1, У-7 | 2-00 |
| 40 | Батон белый | ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20 | 6-00 |
| Итого за завтрак | | ККАЛ-409, Б-10, Ж-11, У-67 | 50-00 |
| обед | | | |
| 175 | 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-65, Б-1, Ж-4, У-7 | 24-00 |
| 55 | Котлета кур "бистро" <small>куры-филе, сухари паниров., лук репка, масло растительное</small> | ККАЛ-151, Б-10, Ж-8, У-8 | 41-00 |
| 50 | Соус Красный основной <small>морковь свежая, томат-паста, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-20, Ж-1, У-3 | 6-00 |
| 150 | Гарнир каша перловая с овощами <small>перловка, масло сливочное 72,5%, лук репка, морковь свежая, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-212, Б-4, Ж-8, У-20 | 32-00 |
| 200 | Компот из вишни сухой <small>вишня сухая, сахар-песок, лимонная кислота</small> | ККАЛ-120, У-30 | 17-00 |
| 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-737, Б-22, Ж-21, У-103 | 128-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 146, Б-31, Ж-32, У-171 | 178-00 |

Директор
МБОУ СОШ

ИП Белевцева

Калькулятор