

## 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	<b>Каша геркулес молочная с маслом</b> <i>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-170, Б-8, Ж-4, У-27	38-00
100	<b>Блинчики</b> <i>мука в/с, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-264, Б-10, Ж-7, У-44	29-00
200/10	<b>Вареники с картофелем</b> <i>картофель св, мука в/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, яйцо, молоко сухое 25%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-371, Б-9, Ж-12, У-59	56-00
20	<b>Сметана</b>	ККАЛ-32, Б-1, Ж-3, У-1	16-00
20	<b>Молоко сгущенное</b> <i>молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%</i>	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	13-00
20	<b>Повидло или джем фруктовый</b>	ККАЛ-58, У-14	6-00
100	<b>Салат морская капуста "Красная"</b> <i>картофель св, капуста морская консерва, масло растительное, свекла свежая, лук репка, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i>	ККАЛ-203, Б-1, Ж-19, У-8	29-00
100	<b>Салат Неженка (куры, яблоки, сыр, яйцо)</b> <i>куры-филе, яблоки свежие, яйцо, масло растительное, сыр твердый (типа российский), зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i>	ККАЛ-301, Б-11, Ж-28, У-3	68-00
200	<b>Суп Минестроне (овощи по сезону)</b> <i>картофель св, кабачок свежий, морковь свежая, помидоры свежие, рис, лук репка, масло сливочное 72,5%, сыр твердый (типа российский), перец болгарский, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i>	ККАЛ-125, Б-3, Ж-7, У-15	48-00
80	<b>Рыба в яйце</b> <i>минтай филе, яйцо, мука в/с, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-103, Б-12, Ж-5, У-4	73-00
70	<b>Курица "хрустяшка" (шницель куриный)</b> <i>куры-филе, сухари паниров., яйцо, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-299, Б-14, Ж-17, У-16	58-00
90	<b>Гуляш из курицы с луком</b> <i>куры-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
90	<b>Колобок с печенью</b> <i>картофель св, печень мясная, яйцо, лук репка, мука в/с, сыр твердый (типа российский), масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-132, Б-9, Ж-5, У-11	56-00
150	<b>Макароньы отварные (регатоны)</b> <i>макароньы (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-209, Б-5, Ж-7, У-32	33-00
150	<b>Рагу овощное</b> <i>картофель св, капуста белокочанная 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	56-00
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
200	<b>Компот из смеси ягод (смородины, вишни, яблок св/мор)</b> <i>ягодно-фруктовая смесь(смородина черная, вишня, яблоко), сахар-песок, лимон свежий</i>	ККАЛ-52, У-12	17-00
200	<b>Чай пакетик с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай пакет 2 гр.</i>	ККАЛ-60, У-15	6-00
200	<b>Чай пакетик без сахара</b> <i>вода, чай пакет 2 гр.</i>		4-00
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	12-00
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-70, Б-2, У-15	3-00
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за раздача</b>		ККАЛ-3 015, Б-101, Ж-132, У-349	710-00
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-3 015, Б-101, Ж-132, У-349	710-00

**меню (7-11 лет (1 смена))**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
150	<b>Каша геркулес молочная с маслом</b> <small>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-128, Б-6, Ж-3, У-20	<b>29-00</b>
75	<b>Суфле "Каспер" из творога</b> <small>творог свежий 9%, морковь свежая, яйцо, манка, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-120, Б-5, Ж-8, У-10	<b>40-00</b>
20	<b>Молоко сгущенное</b> <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, сметана 15%</small>	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	<b>13-00</b>
200	<b>Чай с молоком сгущенным</b> <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, чай байховый</small>	ККАЛ-60, Б-1, Ж-2, У-10	<b>13-00</b>
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	<b>7-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-505, Б-18, Ж-15, У-77	<b>104-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-505, Б-18, Ж-15, У-77	<b>104-00</b>

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)
<b>завтрак</b>			
150	<b>Каша геркулес молочная с маслом</b> <small>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-128, Б-6, Ж-3, У-20	29-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	3-00
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	7-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-307, Б-11, Ж-4, У-57	<b>41-00</b>
<b>обед</b>			
150	<b>Суп Минестроне (овощи по сезону)</b> <small>картофель св, кабачок свежий, морковь свежая, помидоры свежие, рис, лук репка, масло сливочное 72,5%, сыр твердый (типа российский), перец болгарский, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</small>	ККАЛ-94, Б-3, Ж-5, У-11	35-00
60/50	<b>Митболы в соусе</b> <small>свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, сметана 15%, сухари паниров., мука в/с, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-200, Б-9, Ж-13, У-15	59-00
130	<b>Гарнир гречка с овощами</b> <small>гречка, морковь свежая, лук репка, горошек зеленый консервир., масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-149, Б-4, Ж-5, У-26	17-00
200	<b>Компот из смеси ягод (смородины, вишни, яблок св/мор)</b> <small>ягодно-фруктовая смесь(смородина черная, вишня, яблоко), сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-52, У-12	17-00
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-663, Б-22, Ж-25, У-100	<b>137-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-970, Б-33, Ж-29, У-157	<b>178-00</b>

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>			
170	<b>Суп Минестроне (овощи по сезону)</b> <i>картофель св, кабачок свежий, морковь свежая, помидоры свежие, рис, лук репка, масло сливочное 72,5%, сыр твердый (типа российский), перец болгарский, зелень свежая (укроп, петрушка, лук), соль йодированная</i>	ККАЛ-106, Б-3, Ж-6, У-13	<b>42-00</b>
60/50	<b>Митболы в соусе</b> <i>свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, сметана 15%, сухари паниров., мука в/с, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-200, Б-9, Ж-13, У-15	<b>59-00</b>
180	<b>Гарнир гречка с овощами</b> <i>гречка, морковь свежая, лук репка, горошек зеленый консервир., масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-206, Б-6, Ж-8, У-36	<b>25-00</b>
200	<b>Компот из смеси ягод (смородины, вишни, яблок св/мор)</b> <i>ягодно-фруктовая смесь (смородина черная, вишня, яблоко), сахар-песок, лимон свежий</i>	ККАЛ-52, У-12	<b>17-00</b>
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	<b>8-00</b>
40	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	<b>4-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-796, Б-26, Ж-28, У-124	<b>155-00</b>
<u>полдник</u>			
80	<b>Булочка Ванильная</b> <i>мука в с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная, дрожжи сух, ванилин</i>	ККАЛ-261, Б-7, Ж-6, У-45	<b>24-00</b>
200	<b>Кефир 2,5%</b>	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	<b>22-00</b>
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-361, Б-12, Ж-11, У-53	<b>46-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 158, Б-39, Ж-39, У-178	<b>201-00</b>

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>			
35	<b>Огурец свежий порц.</b> <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-5, У-1	22-00
60/50	<b>Митболы в соусе</b> <i>свинина мясная нежирная п/ф, лук репка, сметана 15%, сухари паниров., мука в/с, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-200, Б-9, Ж-13, У-15	59-00
180	<b>Гарнир гречка с овощами</b> <i>гречка, морковь свежая, лук репка, горошек зеленый консервир., масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-206, Б-6, Ж-8, У-36	25-00
200	<b>Компот из смеси ягод (смородины, вишни, яблок св/мор)</b> <i>ягодно-фруктовая смесь (смородина черная, вишня, яблоко), сахар-песок, лимон свежий</i>	ККАЛ-52, У-12	17-00
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-695, Б-24, Ж-22, У-113	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-695, Б-24, Ж-22, У-113	<b>135-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ \_\_\_\_\_

ИП Белевцева



Калькулятор \_\_\_\_\_