

меню (7-11 летБП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| завтрак | | | |
| 90 | Мясо тушеное <i>свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, лук репка, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-218, Б-10, Ж-18, У-4 | 64-00 |
| 150 | Гарнир Рис прирущенный <i>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i> | ККАЛ-191, Б-4, Ж-4, У-35 | 22-00 |
| 200 | Чай с молоком, сахаром <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</i> | ККАЛ-100, Б-2, Ж-1, У-20 | 11-00 |
| 40 | Батон белый | ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21 | 5-00 |
| 20 | Хлеб ржаной | ККАЛ-34, Б-1, У-7 | 2-00 |
| Итого за завтрак | | ККАЛ-656, Б-20, Ж-24, У-87 | 104-00 |
| обед | | | |
| 90 | котлета рыбная в сырной панировке <i>минтай филе, кури грудка, сыр твердый (типа российский), яйцо, хлеб белый нарезной, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i> | ККАЛ-200, Б-13, Ж-11, У-12 | 67-00 |
| 150 | Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i> | ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20 | 26-00 |
| 200 | Чай Русский <i>сахар-песок, чай байховый</i> | ККАЛ-41, У-10 | 3-00 |
| 65 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32 | 6-00 |
| 20 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-34, Б-1, У-7 | 2-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-560, Б-22, Ж-16, У-81 | 104-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 216, Б-42, Ж-40, У-168 | 208-00 |

Директор
МБОУ СОШ



Директор ООО
Школьное
Питание



Дарвазденова

Калькулятор

меню (12 лет и старше БП, РП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| завтрак | | | |
| 100 | Мясо тушеное <small>свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, лук репка, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-242, Б-11, Ж-20, У-4 | 77-00 |
| 180 | Гарнир Рис прирущенный <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small> | ККАЛ-230, Б-4, Ж-5, У-42 | 27-00 |
| 200 | Чай с молоком, сахаром <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</small> | ККАЛ-100, Б-2, Ж-1, У-20 | 11-00 |
| 20 | Печенье | ККАЛ-81, Б-1, Ж-2, У-17 | 9-00 |
| 50 | Батон белый | ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26 | 7-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 4-00 |
| Итого за завтрак | | ККАЛ-846, Б-24, Ж-29, У-119 | 135-00 |
| обед | | | |
| 180 | Горошек зелёный | ККАЛ-72, Б-6, У-12 | 4-00 |
| 100 | котлета рыбная в сырной панировке <small>минтай филе, кури грудка, сыр твердый (типа российский), яйцо, хлеб белый нарезной, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small> | ККАЛ-223, Б-15, Ж-12, У-14 | 84-00 |
| 180 | Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small> | ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24 | 31-00 |
| 200 | Чай Русский <small>сахар-песок, чай байховый</small> | 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 | 5-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-727, Б-33, Ж-18, У-107 | 135-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 573, Б-57, Ж-47, У-226 | 270-00 |

Директор
МБОУ СОШ



Директор ООО
Школьное
Питание



Фарвазденова

Калькулятор

[Handwritten signature]

меню (ДИ, ОВЗ 7-11 лет (1 см))

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <u>завтрак</u> | | | |
| 180 | Каша дружба молочная с маслом <i>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i> | ККАЛ-179, Б-4, Ж-8, У-22 | 28-00 |
| 200 | Чай с молоком, сахаром <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</i> | ККАЛ-100, Б-2, Ж-1, У-20 | 11-00 |
| 40 | Батон белый | ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21 | 6-00 |
| 20 | Хлеб ржаной | ККАЛ-34, Б-1, У-7 | 3-00 |
| Итого за завтрак | | ККАЛ-426, Б-10, Ж-10, У-70 | 48-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 210 | Рассольник Ленинградский со сметаной <i>картофель св, огурцы консервированные, морковь свежая, сметана 15%, лук репка, масло сливочное 72,5%, рис, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i> | ККАЛ-96, Б-2, Ж-4, У-20 | 22-00 |
| 90 | котлета рыбная в сырной панировке <i>минтай филе, кури грудка, сыр твердый (типа российский), яйцо, хлеб белый нарезной, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i> | ККАЛ-200, Б-13, Ж-11, У-12 | 69-00 |
| 150 | Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i> | ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20 | 26-00 |
| 200 | Чай Русский <i>сахар-песок, чай байховый</i> | ККАЛ-41, У-10 | 3-00 |
| 65 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32 | 7-00 |
| 20 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-34, Б-1, У-7 | 3-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-656, Б-24, Ж-20, У-101 | 130-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 082, Б-34, Ж-30, У-171 | 178-00 |

Директор
МБОУ СОШ



Директор ООО
Школьное
Питание



Фарвазденова
М. И.

Калькулятор

меню (ДИ, ОВЗ с 12 лет 1 см)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| завтрак | | | |
| 150 | Каша дружба молочная с маслом <i>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i> | ККАЛ-149, Б-3, Ж-7, У-18 | 24-00 |
| 200 | Чай с молоком, сахаром <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</i> | ККАЛ-100, Б-2, Ж-1, У-20 | 11-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 4-00 |
| 40 | Батон белый | ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21 | 6-00 |
| Итого за завтрак | | ККАЛ-413, Б-10, Ж-9, У-69 | 45-00 |
| обед | | | |
| 210 | Рассольник Ленинградский со сметаной <i>картофель св, огурцы консервированные, морковь свежая, сметана 15%, лук репка, масло сливочное 72,5%, рис, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i> | ККАЛ-96, Б-2, Ж-4, У-20 | 30-00 |
| 100 | котлета рыбная в сырной панировке <i>минтай филе, кури грудка, сыр твердый (типа российский), яйцо, хлеб белый нарезной, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i> | ККАЛ-223, Б-15, Ж-12, У-14 | 84-00 |
| 180 | Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i> | ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24 | 31-00 |
| 200 | Чай Русский <i>сахар-песок, чай байховый</i> | ККАЛ-41, У-10 | 3-00 |
| 30 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-70, Б-2, У-15 | 4-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 4-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-640, Б-25, Ж-21, У-93 | 156-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 053, Б-35, Ж-30, У-162 | 201-00 |

Директор
МБОУ СОШ



Директор ООО
Школьное
Питание



Фарвазденова
М.И.

Калькулятор