

меню (7-11 летБП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
90	Курица тушеная в соусе <i>куры грудка, сметана 15%, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-110, Б-9, Ж-7, У-3	65-00
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>гречка, соль йодированная, масло сливочное 72,5%</i>	ККАЛ-207, Б-7, Ж-5, У-33	18-00
200	Кофейный напиток на молоке <i>сахар-песок, кофейный напиток, молоко сухое 25%</i>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	13-00
40	Батон белый	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-577, Б-23, Ж-15, У-85	104-00
<u>обед</u>			
90	Биточки рыбные диетические <i>минтай филе, куры грудка, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-219, Б-14, Ж-10, У-14	72-00
150	Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	20-00
200	Чай Итальянский (с корицей) <i>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</i>	ККАЛ-62, У-15	3-00
65	Хлеб пшеничный	ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32	7-00
20	Хлеб ржаной.	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за обед		ККАЛ-600, Б-23, Ж-15, У-88	104-00
Итого за день		ККАЛ-1 177, Б-46, Ж-30, У-173	208-00

Директор
МБОУ СОШ



Директор ООО «Средняя общеобразовательная школа № 6 имени Александра Викторовича Синицына» муниципального образования города Братска
Школьное Питание



Фарвазденова М. И.
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			
30	Огурцы свежие в нарезке <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-4, У-1	17-00
100	Курица тушеная в соусе <i>куры грудка, сметана 15%, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-122, Б-11, Ж-8, У-3	72-00
180	Каша гречневая рассыпчатая <i>гречка, соль йодированная, масло сливочное 72,5%</i>	ККАЛ-249, Б-9, Ж-6, У-39	22-00
200	Кофейный напиток на молоке <i>сахар-песок, кофейный напиток, молоко сухое 25%</i>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	13-00
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-681, Б-29, Ж-17, У-100	135-00
обед			
100	Биточки рыбные диетические <i>минтай филе, куры грудка, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-243, Б-15, Ж-11, У-15	80-00
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	Напиток из вишни, сухофруктов <i>вишня св/мор, сахар-песок, сухофрукты, лимонная кислота</i>	ККАЛ-67, У-16	10-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
50	Хлеб ржаной.	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	6-00
Итого за обед		ККАЛ-718, Б-27, Ж-18, У-106	135-00
Итого за день		ККАЛ-1 399, Б-56, Ж-35, У-206	270-00

Директор
МБОУ СОШ



Директор ООО
Школьное
Питание



Фарвазтденова
М.И.

Калькулятор

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)
завтрак			
170	Каша дружба молочная с маслом <i>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-169, Б-4, Ж-8, У-21	26-00
200	Кофейный напиток на молоке <i>сахар-песок, кофейный напиток, молоко сухое 25%</i>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	13-00
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-429, Б-11, Ж-11, У-70	48-00
обед			
210	Щи из св. капусты с картофелем <i>капуста белокачанная свежая, картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-109, Б-2, Ж-6, У-17	24-00
90	Биточки рыбные диетические <i>минтай филе, кури грудка, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-219, Б-14, Ж-10, У-14	72-00
150	Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	21-00
200	Чай Итальянский (с корицей) <i>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</i>	ККАЛ-62, У-15	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-709, Б-25, Ж-21, У-105	130-00
Итого за день		ККАЛ-1 138, Б-36, Ж-32, У-175	178-00

Директор
МБОУ СОШ



Директор ООО
Школьное
Питание



Фарвазтденова
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			
190	Каша дружба молочная с маслом <i>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-189, Б-4, Ж-9, У-23	29-00
200	Кофейный напиток на молоке <i>сахар-песок, кофейный напиток, молоко сухое 25%</i>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	13-00
30	Батон белый	ККАЛ-85, Б-2, Ж-1, У-15	5-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-438, Б-11, Ж-12, У-69	51-00
обед			
260	Щи из св. капусты с картофелем <i>капуста белокачанная свежая, картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-135, Б-2, Ж-7, У-21	29-00
100	Биточки рыбные диетические <i>минтай филе, кури грудка, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-243, Б-15, Ж-11, У-15	79-00
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 Итальянский (с корицей) <i>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</i>	ККАЛ-62, У-15	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-720, Б-25, Ж-23, У-100	150-00
Итого за день		ККАЛ-1 158, Б-36, Ж-35, У-169	201-00

Директор
МБОУ СОШ



Директор ООО
Школьное
Питание



Фарвазденова
М. И.

Калькулятор