

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	Котлета рыбная любительская <i>минтай филе, морковь св, яйцо, хлеб белый нарезной, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-108, Б-11, Ж-4, У-6	59-00
150	Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, У-20	25-00
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	6-00
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-407, Б-19, Ж-10, У-64	98-00
Итого за день		ККАЛ-407, Б-19, Ж-10, У-64	98-00

Директор
МБОУ СОШ



Фармацевт



Калькулятор

Куликова Г. М.

меню (с 12 лет(1 Смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
100	Рыбный батончик (паровой) <i>минтай филе, лук репка, хлеб белый нарезной, масло растительное, яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-158, Б-15, Ж-8, У-7	70-00
20	Соус Сметано -томатный <i>сметана 15%, масло растительное, мука в/с, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-33, Ж-3, У-1	12-00
180	Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	30-00
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	6-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	7-00
32	Хлеб ржаной	ККАЛ-55, Б-2, У-11	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-560, Б-25, Ж-18, У-79	129-00
Итого за день		ККАЛ-560, Б-25, Ж-18, У-79	129-00

Директор
МБОУ СОШ



Фарвазтедеева



Калькулятор

Куликова Г. М.

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			
250	Каша пшеничная молочная с маслом <i>пшено илифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-264, Б-9, Ж-13, У-41	39-00
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	6-00
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-445, Б-14, Ж-15, У-78	53-00
обед			
200	Щи по-уральски со сметаной <i>капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, пшено илифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-83, Б-2, Ж-5, У-8	29-00
90	Голубцы Лето <i>капуста белокачанная свежая, фарш мясной, лук репка, масло растительное, яйцо, рис, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-127, Б-6, Ж-9, У-5	44-00
150	Макароньы с зеленью(регатоны) <i>макароньы (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-99, Б-5, Ж-4, У-35	26-00
200	Чай Витаминный <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i>	ККАЛ-70, Б-1, У-15	8-00
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		ККАЛ-548, Б-20, Ж-20, У-98	116-00
Итого за день		ККАЛ-992, Б-33, Ж-34, У-176	169-00

Директор
МБОУ СОШ



Фарвазденова
М. И.



Калькулятор

Куликова Г. М.

