

**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>			
90	<b>Котлета рыбная любительская</b> <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	<b>59-00</b>
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, У-20	<b>25-00</b>
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	<b>6-00</b>
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	<b>6-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-407, Б-19, Ж-10, У-64	<b>98-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-407, Б-19, Ж-10, У-64	<b>98-00</b>

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)
<b>завтрак</b>			
100	<b>Рыбный батончик (паровой)</b> <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	<b>70-00</b>
20	<b>Соус Сметано -томатный</b> <i>сметана 15%, масло растительное, мука в/с, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-33, Ж-3, У-1	<b>12-00</b>
180	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	<b>30-00</b>
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	<b>6-00</b>
50	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	<b>7-00</b>
32	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-55, Б-2, У-11	<b>4-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-560, Б-25, Ж-18, У-79	<b>129-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-560, Б-25, Ж-18, У-79	<b>129-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ



Фарвазтедеева  
М. В.



Калькулятор

Куликова Г. М.



**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)
<b>завтрак</b>			
250	<b>Каша пшеничная молочная с маслом</b> <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-264, Б-9, Ж-13, У-41	38-00
200/5	<b>Чай с лимоном</b> <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	6-00
50	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	7-00
32	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-55, Б-2, У-11	4-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-491, Б-15, Ж-15, У-87	<b>55-00</b>
<b>обед</b>			
250	<b>Щи по-уральски со сметаной</b> <small>капуста белокочанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-103, Б-3, Ж-6, У-10	37-00
100	<b>Голубцы Лето</b> <small>капуста белокочанная свежая, фарш мясной, лук репка, масло растительное, яйцо, рис, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-141, Б-6, Ж-10, У-6	49-00
180	<b>Макаронь с зеленью(регатоны)</b> <small>макаронь (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-119, Б-6, Ж-5, У-42	31-00
200	<b>Чай Витаминный</b> <small>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</small>	ККАЛ-70, Б-1, У-15	8-00
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-666, Б-24, Ж-23, У-121	<b>137-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 157, Б-39, Ж-38, У-208	<b>192-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ

Фармацевт



Калькулятор

Куликова Г. М.