

**меню (7-11 летБП)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
90	<b>котлета куриная</b> <b>Диетическая</b> <small>куры-филе, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-159, Б-11, Ж-10, У-11	<b>60-00</b>
150	<b>Гарнир</b> <b>сложный(карт+капус)</b> <small>капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-79, Б-3, Ж-3, У-9	<b>28-00</b>
200	<b>чай вишневый</b> <b>прохладительный</b> <small>сахар-песок, вишня сухая, чай байховый</small>	ККАЛ-93, У-23	<b>8-00</b>
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	<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-478, Б-18, Ж-14, У-71	<b>104-00</b>
<b><u>обед</u></b>			
90	<b>Гуляш из курицы (60/50)</b> <small>куры грудка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-120, Б-12, Ж-7, У-3	<b>58-00</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <small>гречка, соль йодированная, масло сливочное 72,5%</small>	ККАЛ-207, Б-7, Ж-5, У-33	<b>17-00</b>
200	<b>кисель из с/фр</b> <small>сухофрукты, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-105, У-26	<b>20-00</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	<b>6-00</b>
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	<b>3-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-600, Б-25, Ж-12, У-97	<b>104-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 078, Б-43, Ж-26, У-168	<b>208-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ



Директор ООО  
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)
<b>завтрак</b>			
10	<b>Помидор свежий в нарезке</b> <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-2	10-00
100	<b>Котлета из филе курицы рубленая</b> <i>куры грудка, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-269, Б-17, Ж-15, У-17	71-00
180	<b>Гарнир сложный(карт+капус)</b> <i>капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-95, Б-4, Ж-4, У-11	36-00
200	<b>чай вишневый прохладительный</b> <i>сахар-песок, вишня сухая, чай байховый</i>	ККАЛ-93, У-23	8-00
50	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	7-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-652, Б-27, Ж-20, У-87	<b>135-00</b>
<b>обед</b>			
45	<b>Огурец свежий ,маслом растительным</b> <i>огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-41, Ж-4, У-1	21-00
100	<b>Гуляш из курицы (60/50)</b> <i>куры грудка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-133, Б-14, Ж-7, У-3	64-00
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>гречка, соль йодированная, масло сливочное 72,5%</i>	ККАЛ-249, Б-9, Ж-6, У-39	19-00
200	<b>кисель из с/фр</b> <i>сухофрукты, сахар-песок, крахмал картофельный</i>	ККАЛ-105, У-26	20-00
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	7-00
40	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-760, Б-31, Ж-18, У-116	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 412, Б-58, Ж-38, У-203	<b>270-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ



Директор ООО  
Школьное  
Питание



Фарвазденова  
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)
<b>завтрак</b>			
190	<b>Каша гречневая молочная с маслом</b> <i>гречка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-247, Б-7, Ж-12, У-27	<b>34-00</b>
200	<b>чай вишневый прохладительный</b> <i>сахар-песок, вишня сухая, чай байховый</i>	ККАЛ-93, У-23	<b>8-00</b>
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	<b>6-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>3-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-487, Б-11, Ж-13, У-78	<b>51-00</b>
<b>обед</b>			
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель св, горох сухой, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-119, Б-4, Ж-4, У-19	<b>22-00</b>
90	<b>Гуляш из курицы (60/50)</b> <i>куры грудка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-120, Б-12, Ж-7, У-3	<b>58-00</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>гречка, соль йодированная, масло сливочное 72,5%</i>	ККАЛ-207, Б-7, Ж-5, У-33	<b>17-00</b>
200	<b>кисель из с/фр</b> <i>сухофрукты, сахар-песок, крахмал картофельный</i>	ККАЛ-105, У-26	<b>20-00</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	<b>6-00</b>
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	<b>4-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-719, Б-29, Ж-16, У-116	<b>127-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 206, Б-40, Ж-29, У-194	<b>178-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ



Директор ООО  
Школьное  
Питание



Фарвазденова  
М. И.

Калькулятор

*[Handwritten signature]*

