

**меню (с 12 лет и старше)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
250	<b>Каша дружба молочная с маслом</b> <small>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-203, Б-8, Ж-5, У-40	50-00
200	<b>Чай с лимоном</b> <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	10-00
10	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-58, Ж-6	22-00
25	<b>Сыр порциями</b>	ККАЛ-90, Б-6, Ж-7	30-00
30	<b>Мармелад</b>	ККАЛ-96, У-24	12-00
50	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	8-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-671, Б-20, Ж-21, У-109	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-671, Б-20, Ж-21, У-109	<b>135-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ

ИП Полякова

Полякова И.Е.  
Калькулятор



## меню (с 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
40	<b>Горошек зелёный</b>	ККАЛ-16, Б-1, У-3	20-00
80	<b>Фрикадельки мясные паровые</b> <small>свинина мясная нежирная п.ф, хлеб белый парезной, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-160, Б-13, Ж-10, У-7	57-00
50	<b>Соус Томат</b> <small>томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-25, Ж-2, У-2	10-00
180	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая</b> <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-244, Б-8, Ж-10, У-39	22-00
200	<b>Компот из вишни сухой</b> <small>вишня сухая, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-120, У-30	16-00
50	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	7-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-746, Б-28, Ж-23, У-116	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-746, Б-28, Ж-23, У-116	<b>135-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ

Антонцева И.Г.

ИП Полякова

Полякова И.Е.

Калькулятор



## меню (с 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
18	<b>Сыр порциями</b>	ККАЛ-65, Б-4, Ж-5	23-00
160	<b>Омлет деревенский с картофелем</b> <small>яйцо, картофель св, молоко сухое 23%, масло сливочное 72,3%, соль йодированная</small>	ККАЛ-231, Б-13, Ж-16, У-11	68-00
116	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-63, У-18	28-00
200	<b>Чай Русский</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
50	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	8-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-580, Б-23, Ж-23, У-73	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-580, Б-23, Ж-23, У-73	<b>135-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ

Антонцева И.Г.

ИП Полякова

Ирина  
Евдямьевна

Калькулятор



## меню (с 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
200	<b>Каша ячневая молочная с маслом</b> <small>ячка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-11, У-38	36-00
100	<b>Запеканка "Нежная" с творогом</b> <small>творог свежий 9%, рис, яйцо, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, сухари паниров., соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-200, Б-9, Ж-7, У-15	54-00
50	<b>Булочка промышленная</b>	ККАЛ-170, Б-2, Ж-5, У-17	26-00
20	<b>Подливка из джема или повидла</b> <small>джем в ассортименте, мука в с</small>	ККАЛ-23, У-6	10-00
200	<b>Чай Французский (с ванилью)</b> <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-785, Б-22, Ж-23, У-99	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-785, Б-22, Ж-23, У-99	<b>135-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ

*Антонцева И.Г.*

Антонцева И.Г.

И.П. Полякова

*Ирина Евлампиевна*

Ирина Евлампиевна

Калькулятор



**меню (с 12 лет и старше)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
30	<b>Кукуруза порциями</b>	ККАЛ-19, Б-1, У-3	26-00
280	<b>Каша Исландская с мясом (рис)</b> <small>рис, свинина мясная нежирная п.ф., морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-400, Б-18, Ж-16, У-46	86-00
200	<b>Напиток из ягод св/мор</b> <small>ягодно-фруктовая смесь(смородина черная, вишня, яблоко), сахар-песок</small>	ККАЛ-44, У-11	14-00
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-631, Б-25, Ж-18, У-95	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-631, Б-25, Ж-18, У-95	<b>135-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ

Антонцева И.Г.

И.П. Дьякова



И.Е. Полякова

Калькулятор