

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)
<u>завтрак</u>			
200	Каша дружба молочная с маслом <small>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-162, Б-6, Ж-4, У-32	40-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-384, Б-12, Ж-6, У-77	56-00
<u>обед</u>			
220	Суп рыбный (консервы) <small>картофель са, консерва сайра в м, морковь свежая, лук репка, масло растительное, рис, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-153, Б-5, Ж-9, У-13	45-00
60/40	Ёжики кур в соусе (1 вариант) <small>куры-филе, лук репка, морковь свежая, рис, яйцо, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-190, Б-12, Ж-12, У-12	48-00
180	Макароньы отварные (рожки) <small>макароньы (регатоньы), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-179, Б-6, Ж-8, У-35	30-00
200	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	10-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-797, Б-32, Ж-30, У-118	145-00
Итого за день		ККАЛ-1 181, Б-44, Ж-36, У-195	201-00

Директор
МБОУ СОШ

Литвинцева И.Г.

И.И. Полякова

Полякова И.Е.

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			
200	Каша пшеничная молочная с маслом <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-202, Б-7, Ж-10, У-26	40-00
200	Компот из вишни сухой <small>вишня сухая, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-120, У-30	16-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	7-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-502, Б-13, Ж-12, У-91	66-00
обед			
250/20/ 10	Борщ с картофелем, курицей, сметаной <small>картофель св, свекла свежая, кури грудка, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, сахар-песок, соль йодированная, чеснок свежий, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-164, Б-7, Ж-8, У-15	55-00
50	Фрикадельки мясные паровые <small>свинина мясная нежирная п.ф, хлеб белый нарезной, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-100, Б-8, Ж-6, У-4	36-00
50	Соус Томат <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
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-204, Б-7, Ж-8, У-32	18-00
200	Чай Русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	7-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-765, Б-30, Ж-25, У-112	135-00
Итого за день		ККАЛ-1268, Б-43, Ж-38, У-203	201-00

Директор
МБОУ СОШ

Антонцева И.Г.

И.П. Полякова

Полякова И.Е.

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			
200	Каша рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-230, Б-5, Ж-10, У-31	40-00
200	Чай Русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
50.	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	8-00
Итого за завтрак		ККАЛ-452, Б-11, Ж-12, У-76	56-00
обед			
220/20/ 10	Суп овощной с курицей сметаной <small>картофель св. кури-тушка потрош., капуста белокачанная свежая, лук репка, морковь свежая, сметана 15%, горошек зеленый консервир., масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-136, Б-6, Ж-9, У-10	46-00
60	Биточки куриные <small>кури-филе, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-138, Б-12, Ж-5, У-11	48-00
150	Гарнир каша перловая с овощами <small>перловка, масло сливочное 72,5%, лук репка, морковь свежая, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-212, Б-4, Ж-8, У-20	34-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-476, Б-31, Ж-22, У-98	145-00
Итого за день		ККАЛ-928, Б-42, Ж-34, У-174	201-00

Директор
МБОУ СОШ

Антошцева И.Г.

ИП Полякова

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			
200	Каша ячневая молочная с маслом <small>ячка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-11, У-38	36-00
200	Чай Французский (с ванилью) <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	8-00
Итого за завтрак		ККАЛ-505, Б-13, Ж-13, У-84	52-00
обед			
250	Суп гороховый, с курицей <small>картофель св, кури грудка, горох сухой, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-177, Б-10, Ж-7, У-18	45-00
220	Плов со свиной <small>рис, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, лук репка, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-354, Б-10, Ж-14, У-42	80-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар-песок</small>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	12-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-860, Б-29, Ж-22, У-128	149-00
Итого за день		ККАЛ-1365, Б-42, Ж-35, У-211	201-00

Директор
МБОУ СОШ

Антонцева И.Г.

И.Е. Долякова

И.Е. Долякова

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			
200	Каша ячневая молочная с маслом <small>ячка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-11, У-38	36-00
200	Чай Итальянский (с корицей) <small>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</small>	ККАЛ-42, У-10	5-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	8-00
Итого за завтрак		ККАЛ-506, Б-13, Ж-13, У-84	52-00
обед			
250/20/ 10	Рассольник Ленинградский с курицей, сметаной <small>картофель св. куры-тушка потрош., огурцы консервированные, морковь свежая, сметана 15%, перловка, лук репка, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-177, Б-7, Ж-10, У-16	56-00
230	Каша Исландская с мясом (рис) <small>рис, свинина мясная нежирная п.ф., морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-328, Б-15, Ж-14, У-38	72-00
200	Напиток из ягод св/мор <small>ягодно-фруктовая смесь(смородина черная, вишня, яблоко), сахар-песок</small>	ККАЛ-44, У-11	14-00
30	Хлеб пшеничный	ККАЛ-70, Б-2, У-15	3-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-688, Б-28, Ж-24, У-93	149-00
Итого за день		ККАЛ-1193, Б-41, Ж-37, У-177	201-00

Директор
МБОУ СОШ



Калькулятор