

## 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>			
200	<b>Каша дружба молочная с маслом</b> <i>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-162, Б-6, Ж-4, У-32	40-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-41, У-10	5-00
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-384, Б-12, Ж-6, У-77	<b>56-00</b>
<b>обед</b>			
220	<b>Суп рыбный (консервы)</b> <i>картофель св, консерва сайра в м, морковь свежая, лук репка, масло растительное, рис, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-153, Б-5, Ж-9, У-13	45-00
60/40	<b>Ёжики кур в соусе (1 вариант)</b> <i>куры-филе, лук репка, морковь свежая, рис, яйцо, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-190, Б-12, Ж-12, У-12	48-00
180	<b>Макаронь отварные (рожки)</b> <i>макаронь (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-179, Б-6, Ж-8, У-35	30-00
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	10-00
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-797, Б-32, Ж-30, У-118	<b>145-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 181, Б-44, Ж-36, У-195	<b>201-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ № 9



И.П. 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)
<u>завтрак</u>			
200	<b>Каша пшеничная молочная с маслом</b> <i>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-202, Б-7, Ж-10, У-26	40-00
200	<b>Компот из вишни сухой</b> <i>вишня сухая, сахар-песок, лимонная кислота</i>	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-502, Б-13, Ж-12, У-91	<b>66-00</b>
<u>обед</u>			
250/20/10	<b>Борщ с картофелем, курицей, сметаной</b> <i>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)</i>	ККАЛ-164, Б-7, Ж-8, У-15	55-00
50	<b>Фрикадельки мясные паровые</b> <i>свинина мясная нежирная п ф, хлеб белый парезной, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-100, Б-8, Ж-6, У-4	36-00
50	<b>Соус Томат</b> <i>томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-25, Ж-2, У-2	10-00
150	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая</b> <i>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-204, Б-7, Ж-8, У-32	18-00
200	<b>Чай Русский</b> <i>сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-41, У-10	5-00
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-765, Б-30, Ж-25, У-112	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 268, Б-43, Ж-38, У-203	<b>201-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ

Антонова И.Г.

ИП 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)
<b>завтрак</b>			
200	<b>Каша рисовая молочная с маслом</b> <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	<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-452, Б-11, Ж-12, У-76	<b>56-00</b>
<b>обед</b>			
220/20/ 10	<b>Суп овощной с курицей сметаной</b> <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	<b>Биточки куриные</b> <small>кури-филе, хлеб белый нарезной, сухари панирова., масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-138, Б-12, Ж-5, У-11	48-00
150	<b>Гарнир каша перловая с овощами</b> <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	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
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-761, Б-31, Ж-22, У-98	<b>145-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 213, Б-42, Ж-34, У-174	<b>201-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ № 9



ИП Полякова  
И.Е.



Полякова И.Е.

Калькулятор