

меню (7-11 лет (1 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
90	Рыбный батончик (паровой) <i>минтай филе, лук репка, хлеб белый нарезной, масло растительное, яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-142, Б-13, Ж-7, У-7	62-00
15	Соус Сметано -томатный <i>сметана 15%, масло растительное, мука в/с, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-25, Ж-2, У-1	3-00
135	Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-106, Б-3, Ж-4, У-18	20-00
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	5-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-454, Б-21, Ж-15, У-63	98-00
Итого за день		ККАЛ-454, Б-21, Ж-15, У-63	98-00

Директор
МБОУ СОШ №31Фарвазтденова
М. И.

Калькулятор

Куликова Г. М.

25.01.2024 (ДИ, ОВЗ с 7 лет (2 см), 3чт)

меню (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1 см))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
200	Щи по-уральски со сметаной <small>капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, томат-паста, тиено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-83, Б-2, Ж-5, У-8	28-00
90	Голубцы Лето <small>капуста белокачанная свежая, фарш мясной, лук репка, масло растительное, яйцо, рис, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-127, Б-6, Ж-9, У-5	41-00
150	Макаронны с зеленью(регатоны) <small>макаронны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-99, Б-5, Ж-4, У-35	26-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-569, Б-20, Ж-20, У-103	125-00
<u>полдник</u>			
40	Коржик Молочный <small>мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко свежее 2,5%, яйцо, масло растительное, сода пищевая, ванилин</small>	ККАЛ-157, Б-3, Ж-4, У-27	16-00
200	Молоко свежее	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	28-00
Итого за полдник		ККАЛ-263, Б-9, Ж-9, У-36	44-00
Итого за день		ККАЛ-833, Б-29, Ж-29, У-139	169-00

Директор
МБОУ СОШФармацевт
М.Ф.

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)
завтрак			
100	Рыбный батончик (паровой) <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	70-00
30	Соус Сметано -томатный <i>сметана 15%, масло растительное, мука в/с, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-49, Б-1, Ж-4, У-2	13-00
180	Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	29-00
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	6-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	7-00
32	Хлеб ржаной	ККАЛ-55, Б-2, У-11	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-577, Б-25, Ж-20, У-80	129-00
Итого за день		ККАЛ-577, Б-25, Ж-20, У-80	129-00

Директор
МБОУ СОШ



Фарвазденова
М. И.



Калькулятор

Куликова Г. М.