

26.01.2024 (с 12 лет(1 Смена), 3пт)

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			
20	Помидор свежий с кукурузой <i>помидоры свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-22, Ж-2, У-1	16-00
100	Котлета летняя <i>фарш мясной, лук репка, гречка, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-216, Б-13, Ж-16, У-11	64-00
200	Гарнир Рис с морковью <i>рис о/п, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-308, Б-5, Ж-9, У-51	26-00
200	Чай с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное с/с 8.5%, чай байховый</i>	ККАЛ-60, Б-1, Ж-2, У-10	12-00
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-790, Б-26, Ж-31, У-109	129-00
Итого за день		ККАЛ-790, Б-26, Ж-31, У-109	129-00

Директор
МБОУ СОШФарвазденова
М. И.

Калькулятор

Куликова Г. М.

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	Котлета летняя <i>фарш мясной, лук репка, гречка, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-194, Б-11, Ж-15, У-10	58-00
150	Гарнир Рис с морковью <i>рис о/п, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-231, Б-4, Ж-7, У-38	20-00
200	Чай с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное с/с 8,5%, чай байховый</i>	ККАЛ-60, Б-1, Ж-2, У-10	12-00
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-623, Б-21, Ж-25, У-85	98-00
Итого за день		ККАЛ-623, Б-21, Ж-25, У-85	98-00

Директор
МБОУ СОШ



Фарвазденова
М.И.



Калькулятор

Куликова Г. М.

26.01.2024 (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см), 3пт)

меню (ДИ, ОВЗ с 7 лет (1см))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	Каша манная молочная с маслом <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-210, Б-5, Ж-10, У-25	27-00
200	Чай с молоком сгущенным <small>молоко сгущенное с с 8,5%, чай байховый</small>	ККАЛ-60, Б-1, Ж-2, У-10	12-00
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-408, Б-11, Ж-13, У-62	47-00
обед			
200	Борщ с фасолью <small>свекла свежая, капуста белокачанная свежая, фасоль, лук репка, сметана 15%, морковь свежая, томат-паста, масло сливочное 72,5%, лимон свежий, соль йодированная, сахар-песок, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-81, Б-3, Ж-4, У-9	24-00
90	Запеканка печени с крупой и овощами <small>печень мясная, рис, лук репка, морковь свежая, капуста белокачанная свежая, яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-163, Б-10, Ж-7, У-14	50-00
150	Картофель тушеный с луком <small>картофель св, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-150, Б-3, Ж-7, У-20	28-00
200	Напиток из с/фр с лимоном <small>сухофрукты, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-85, У-21	11-00
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-649, Б-22, Ж-19, У-98	122-00
Итого за день		ККАЛ-1 057, Б-33, Ж-32, У-159	169-00



Калькулятор

Куликова Г. М.