

меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
30	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-4, У-1	13-00
115	Птица тушеная в соусе 65/50 (курица) <small>кури грудка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, соль</small>	ККАЛ-126, Б-11, Ж-8, У-4	80-00
180	Каша гречневая рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
200	Кофейный напиток на молоке <small>сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%</small>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	13-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-661, Б-28, Ж-19, У-94	135-00
<u>обед</u>			
65	Салат из свеклы <small>свекла, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-81, Б-1, Ж-6, У-5	10-00
100	Биточки рыбные Диетические 100 <small>минтай филе, кури грудка, хлеб пшеничный (резаный), сахар, петрушка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-243, Б-15, Ж-11, У-15	58-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	29-00
200	Сок фруктовый абрикосовый	ККАЛ-106, У-25	25-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	5-00
Итого за обед		ККАЛ-839, Б-29, Ж-23, У-121	135-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка Дорожная <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, дрожжи сух, масло растительное</small>	ККАЛ-312, Б-10, Ж-13, У-41	25-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	19-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-475, Б-16, Ж-20, У-60	61-00

Директор
МБОУ СОШ №16
ИП Пермякова
Е.В.

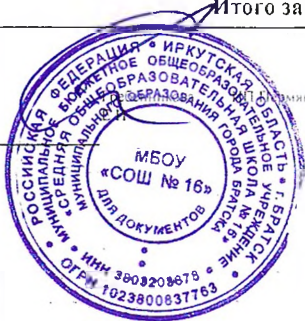
Пермякова Е.В.
Калькулятор
Пермякова Е.В.



меню (ОБЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
54	Яйцо вареное	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	20-00
200	Каша гречневая молочная с маслом 195/5	ККАЛ-195, Б-7, Ж-8, У-24	24-00
<small>зречка, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%</small>			
200	Чай русский (карамель)	ККАЛ-38, У-9	5-00
<small>сахар, чай</small>			
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак			57-00
<u>обед</u>			
40	Салат из свеклы	ККАЛ-50, Б-1, Ж-4, У-3	6-00
<small>свекла, масло растительное, соль</small>			
210	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 200/10	ККАЛ-114, Б-3, Ж-8, У-7	18-00
<small>капуста, картофель, морковь, свиное сало, лук репчатый, помидоры, масло растительное, сметана, майонез</small>			
90	Биточки рыбные Диетические 90	ККАЛ-233, Б-15, Ж-10, У-15	52-00
<small>минтай филе, куриный жир, хлеб пшеничный (белый), яйца куриные, масло сливочное крестьянское 72,5%, сметана</small>			
150	Картофельное пюре 150	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	24-00
<small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>			
200	Напиток Освежающий.	ККАЛ-90, У-22	12-00
<small>яблоки 28гр, сахар, лимонная кислота, чай-зеленый</small>			
65	Хлеб пшеничный	ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за обед			121-00
<u>полдник</u>			
60	Булочка дорожная 60	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	20-00
<small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сухие</small>			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
18	Мармелад трицветик	ККАЛ-29, У-7	7-00
Итого за полдник			57-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 16



Пермякова
Е.В.

[Handwritten signature]

Пермякова Е.В.



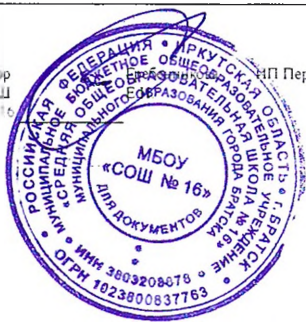
Калькулятор
Пермякова Е.В.

[Handwritten signature]

меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
250	Каша гречневая молочная с маслом 240/10 <small>гречка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>	ККАЛ-264, Б-8, Ж-11, У-34	34-00
200	Чай русский (карамель) <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-38, У-9	5-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-495, Б-14, Ж-12, У-79	50-00
<u>обед</u>			
40	Салат из свеклы <small>свекла, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-50, Б-1, Ж-4, У-3	6-00
260	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10 <small>капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль, сахарный лист</small>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-17	20-00
100	Биточки рыбные Диетические 100 <small>минтай филе, куриный грудка, хлеб пшеничный (фредроф), куриный витамин, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-243, Б-15, Ж-11, У-15	58-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	29-00
200	Сок фруктовый абрикосовый	ККАЛ-106, У-25	25-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	5-00
Итого за обед		ККАЛ-927, Б-30, Ж-27, У-136	151-00
<u>полдник</u>			
60	Булочка дорожная 60 <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	20-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-457, Б-9, Ж-12, У-77	50-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 16



ИП Пермякова
Е.В.

Handwritten signature of E.V. Permyakova

Пермякова Е.В.
Калькулятор
Пермякова Е.В.



Handwritten signature of E.V. Permyakova