

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>			
10	Масло сливочное крестьянское 72,5 % (порциями)	ККАЛ-66 Ж-7	16-00
20	Огурец консервированный	ККАЛ-2	11-00
110	Шарики рыбные 80/30 <small>минтай филе, перец свежий 2%, кури грудка, лук репчатый, мука, лук порей, картофель, морковь, лук, соль, сахар</small>	ККАЛ-131, Б-11, Ж-6, У-10	55-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, лук, сливочное масло, крестьянское 72,5 %, сливки 25%</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	29-00
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-665, Б-23, Ж-23, У-91	135-00
<u>обед</u>			
15	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-3, У-1	7-00
100	Биточки школьные. <small>фарш мясной, сырный соус, хлеб пшеничный (б/к), яйца куриные, лук репчатый, сливочное масло, сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-235, Б-16, Ж-16, У-10	73-00
180	Макароны отварные (рожки) <small>макароны (рожки), сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Сок фруктовый яблочный	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-755, Б-31, Ж-22, У-112	135-00
<u>полдник</u>			
52	Пряник 1 шт. 26 гр <small>пряник шоколадный 26 гр, пряник шоколадный 26 гр</small>	ККАЛ-175, Б-3, Ж-1, У-40	20-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	31-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-372, Б-8, Ж-7, У-72	68-00

Директор:
МБОУ СОШ № 16
ИП Пермякова
Е. В.

Пермякова Е. В. Калькулятор
Пермякова Е. В.



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>			
20	Повидло фруктовое	ККАЛ-430, Б-1, У-114	7-00
250	Каша геркулес молочная с маслом 245/5	ККАЛ-270, Б-8, Ж-12, У-32	29-00
<small>геркулес, молоко сухое: 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>			
200	Чай с сахаром	ККАЛ-74, У-18	5-00
<small>сахар, чай</small>			
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-938, Б-14, Ж-14, У-193	50-00
<u>обед</u>			
260	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-17	23-00
<small>капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, мясо куриное филе, томат-паста, соль, лавровый лист</small>			
100	Биточки школьные.	ККАЛ-235, Б-16, Ж-16, У-10	73-00
<small>фарш мясной, сырный сырок, хлеб пшеничный (фрешовый), курица отварная, масло сливочное крестьянское 72,5%</small>			
180	Макаронные изделия (рожки)	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
<small>макаронные изделия, масло сливочное крестьянское 72,5%</small>			
200	Сок фруктовый яблочный	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-871, Б-33, Ж-28, У-129	151-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка Российская 75	ККАЛ-323, Б-12, Ж-7, У-48	20-00
<small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое: 25%, мякоть фруктовая, дрожжи сухие, соль, ванилин</small>			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-497, Б-14, Ж-7, У-89	50-00

Директор
МБОУ СОШ №16ИП Пермякова
Е. В.

Пермякова Е. В.

Калькулятор
Пермякова Е. В.

меню (ОВЗ, 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>			
200	Каша геркулес молочная с маслом 195/5 <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-215, Б-6, Ж-8, У-27	25-00
200	Чай с сахаром, лимоном <small>чай, сахар, лимон</small>	ККАЛ-77, У-19	7-00
90	Яблоки свежие	ККАЛ-40, У-9	15-00
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		ККАЛ-479, Б-12, Ж-10, У-82	55-00
<u>обед</u>			
210	Щи из свежей капусты с картофелем. 200/10 <small>капуста, картофель, морковь, лук репчатый, томатный сок, масло растительное, соль, лавровый лист</small>	ККАЛ-109, Б-2, Ж-6, У-17	19-00
90	Биточки по-Братски 90 <small>курица, яйца, сливочное масло, лук репчатый, яйцо, хлеб пшеничный высшего сорта, масло растительное, мука, соль</small>	ККАЛ-175, Б-9, Ж-13, У-7	60-00
150	Макароны отварные (розки) 150 <small>макаронные изделия высшего сорта, масло растительное 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	Напиток из чернослива, яблок <small>яблоко, чернослива, сахар, лимонный сок, лимон</small>	ККАЛ-115, У-28	20-00
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-756, Б-23, Ж-24, У-120	123-00
<u>полдник</u>			
65	Булочка Российская. <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, лимонное масло, дрожжи сухие, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-280, Б-10, Ж-6, У-42	18-00
200	Напиток овсяный шоколадный 1/200	ККАЛ-370, Б-10, Ж-32, У-95	37-00
Итого за полдник		ККАЛ-650, Б-20, Ж-38, У-137	55-00

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.