

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	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	11-00
210	Каша пшеничная молочная с маслом 200/10 <small>пшеница мягкая сушен. 25%, молоко, сливочное масло 72,5%, сахар, соль</small>	ККАЛ-194, Б-4, Ж-8, У-23	35-00
105	Запеканка творожная с изюмом с повидлом 75/30 <small>творог 50%, яйца, пшеница мягкая, сахар, сухари панировочные, сметана 15%, молоко стерилизованное 72,5%, изюм</small>	ККАЛ-160, Б-9, Ж-8, У-18	75-00
200	Чай с сахаром	ККАЛ-74, У-18	3-00
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-656, Б-21, Ж-21, У-94	135-00
<u>обед</u>			
60	Помидор свежий с маслом растительным <small>помидор свежий, масло растительное</small>	ККАЛ-66, Б-1, Ж-6, У-2	23-00
110	Биточки из печени Восторг с соусом сметанно-томатным 80/30 <small>печень говяжья, капуста, морковь, масло растительное, лук репчатый, сметана 15%, молоко стерилизованное 72,5%, мука, соль, растительное масло</small>	ККАЛ-165, Б-13, Ж-6, У-18	70-00
180	Макаронны отварные (рождок витой) <small>макаронны (рождок витой), молоко, сливочное масло 72,5%, соль</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоко, сахар, лимонный сок, вишневый концентрат</small>	ККАЛ-92, У-23	12-00
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-754, Б-27, Ж-18, У-124	135-00
<u>полдник</u>			
75	Ватрушка с творогом <small>тесто, творог, яйца, сахар, ванилин, сливочное масло, молоко, мука, соль</small>	ККАЛ-215, Б-10, Ж-5, У-32	30-00
200	Ряженка 2,5%	ККАЛ-102, Б-6, Ж-5, У-8	32-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-362, Б-16, Ж-11, У-50	79-00

Директор МБОУ СОШ № 16 Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.

Кадильникова Пермякова Е.В.



меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цев. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
240	Каша пшеничная молочная с маслом 230/10 <small>пшеница мягкая, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>	ККАЛ-275, Б-8, Ж-10, У-37	36-00
200	Чай с сахаром <small>чай</small>	ККАЛ-74, У-18	3-00
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-542, Б-14, Ж-12, У-91	50-00
<u>обед</u>			
45	Помидор свежий с маслом растительным <small>помидор свежий, масло растительное</small>	ККАЛ-49, Ж-5, У-2	17-00
260	Борщ с капустой и картофелем 250/10 <small>свекла красная, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, помидоры, капуста, лук зеленый, соль</small>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-20	22-00
110	Биточки из печени Восторг с соусом сметанно-томатным 80/30 <small>печень говяжья, капуста, морковь, масло растительное, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное крестьянское 72,5%, макароны твердые, соль</small>	ККАЛ-165, Б-13, Ж-6, У-18	70-00
180	Макаронны отварные (рожок витой) <small>макаронны отварные, соус томатный, масло сливочное 72,5%, соль</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоко, вишня, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	12-00
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-856, Б-29, Ж-22, У-143	151-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с картофелем <small>пшеница мягкая, фарш картофельный, мука, масло, масло растительное</small>	ККАЛ-128, Б-8, Ж-6, У-11	20-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-301, Б-10, Ж-6, У-51	50-00



ИП 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>			
54	Яйцо вареное	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	22-00
200	Каша пшеничная молочная с маслом 195/5	ККАЛ-206, Б-6, Ж-6, У-31	24-00
200	Чай с сахаром	ККАЛ-74, У-18	3-00
30	Батон	ККАЛ-85, Б-2, Ж-1, У-15	5-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-475, Б-17, Ж-13, У-71	56-00
<u>обед</u>			
210	Борщ с капустой и картофелем 200/10	ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18	18-00
90	Биточки из печени Восторг с соусом сметанно-томатным 60/30	ККАЛ-158, Б-13, Ж-5, У-15	55-00
150	Макароны отварные (рожок витой) 150	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	Сок фруктовый абрикосовый	ККАЛ-106, У-25	25-00
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-730, Б-26, Ж-16, У-125	122-00
<u>полдник</u>			
70	Пончик Берлинский"	ККАЛ-290, Б-10, Ж-19, У-29	35-00
130	Яблоки свежие	ККАЛ-58, Б-1, Ж-1, У-13	21-00
Итого за полдник		ККАЛ-348, Б-11, Ж-19, У-42	56-00

Директор
МБОУ СОШИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.