

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	12-00
105	Котлета кур в сырной панировке с маслом 100/5	ККАЛ-178, Б-15, Ж-11, У-14	69-00
180	Макароны отварные (спираль)	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
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-659, Б-27, Ж-18, У-104	135-00
<u>обед</u>			
30	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-6, У-1	12-00
110	Гуляш из свинины 60/50	ККАЛ-307, Б-13, Ж-26, У-5	81-00
180	Каша гречневая рассыпчатая	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
200	Напиток из шиповника	ККАЛ-94, У-22	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-866, Б-31, Ж-33, У-109	135-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с яблоком	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	25-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	23-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
Итого за полдник		ККАЛ-348, Б-9, Ж-11, У-54	77-00

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	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость по плану (руб)
<u>завтрак</u>			
25	Повидло фруктовое	ККАЛ-537, Б-1, У-142	10-00
240	Макароны отварные с сыром	ККАЛ-339, Б-12, Ж-9, У-53	31-00
200	Чай русский (карамель)	ККАЛ-38, У-9	5-00
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			55-00
<u>обед</u>			
60	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-13, Б-1, У-2	22-00
250	Суп картофельный с рисом 250	ККАЛ-123, Б-4, Ж-4, У-19	14-00
100	Гуляш из свинины 50/50	ККАЛ-256, Б-11, Ж-22, У-5	68-00
180	Каша гречневая рассыпчатая	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
200	Напиток из шиповника	ККАЛ-94, У-22	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			146-00
<u>полдник</u>			
75	Корж молочный 75 гр	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-19	25-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник			55-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 16

Григорьевича

ИП 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>			
20	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-3, У-1	8-00
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	11-00
210	Макаронь отварные с сыром	ККАЛ-297, Б-10, Ж-8, У-46	27-00
200	Чай русский (карамель)	ККАЛ-38, У-9	5-00
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-519, Б-18, Ж-12, У-83	59-00
<u>обед</u>			
30	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-6, У-1	12-00
200	Суп картофельный с рисом	ККАЛ-112, Б-4, Ж-4, У-20	11-00
90	Гуляш из свинины 45/45	ККАЛ-231, Б-10, Ж-19, У-4	60-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	15-00
200	Напиток из шиповника	ККАЛ-94, У-22	12-00
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-816, Б-28, Ж-30, У-114	119-00
<u>полдник</u>			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
Итого за полдник		ККАЛ-208, Б-3, У-48	59-00

Директор
МБОУ СОШ №16

ИП Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулянт
Пермякова

