

меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

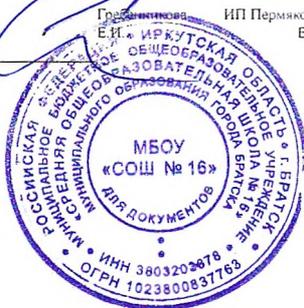
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
250	Каша рисовая молочная с маслом 245/5 <i>рис, молоко сгущенное 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</i>	ККАЛ-240, Б-5, Ж-9, У-38	34-00
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ККАЛ-74, У-18	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-507, Б-11, Ж-11, У-92	50-00
<u>обед</u>			
10	Огурец свежий с маслом растительным. <i>огурец свежий, масло растительное</i>	ККАЛ-9, Ж-1	4-00
260	Борщ с капустой и картофелем 250/10 <i>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</i>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-20	22-00
100	Котлета Сельская запеченная <i>курица грудка, фарш мясной, яйцо, лук репка, хлеб пшеничный (белый), масло растительное</i>	ККАЛ-215, Б-14, Ж-11, У-10	70-00
180	Макаронь отварные (гребешок) <i>макаронь (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</i>	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-860, Б-30, Ж-24, У-132	151-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка Российская 75 <i>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сгущенное 25%, масло растительное, дрожжи сух, соль, ванилин</i>	ККАЛ-323, Б-12, Ж-7, У-48	20-00
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
№16

Григорьевна
Е.Н. ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.



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
25	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-5, У-1	10-00
105	Котлета Московская с маслом сливочным 100/5	ККАЛ-269, Б-8, Ж-25, У-12	72-00
	<small>фарш мясной, сметана (сметанка), хлеб пшеничный (ржаной), сахар натуральный, масло сливочное крестьянское 72,5%, масло растительное, соль, лук репка</small>		
180	Рис припущенный 180	ККАЛ-230, Б-4, Ж-5, У-36	24-00
	<small>рис, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>		
200	Чай с сахаром, лимоном	ККАЛ-77, У-19	7-00
	<small>сахар, лимон, чай</small>		
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-808, Б-22, Ж-34, У-104	135-00
<u>обед</u>			
25	Огурец свежий с маслом растительным.	ККАЛ-23, Ж-2, У-1	10-00
	<small>огурец свежий, масло растительное</small>		
100	Котлета Сельская запеченная	ККАЛ-215, Б-14, Ж-11, У-10	70-00
	<small>кури грудка, фарш мясной, яйцо, лук репка, хлеб пшеничный (ржаной), масло растительное</small>		
180	Макарони отварные (гребешок)	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
	<small>макаронны (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</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-755, Б-29, Ж-19, У-113	135-00
<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%, дрожжи сухие 25%, масло растительное, орешки еж, соль, ванилин</small>		
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	33-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
Итого за полдник		ККАЛ-511, Б-18, Ж-12, У-77	82-00

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>			
20	Повидло фруктовое	ККАЛ-450, Б-1, У-114	7-00
50	Блинчики <small>мука, молоко сухое 25%, яйцо, сахар, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-111, Б-4, Ж-3, У-17	10-00
200	Каша рисовая молочная с маслом 195/5 <small>рис, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное, витаминные 72,5 % соль</small>	ККАЛ-193, Б-5, Ж-6, У-30	28-00
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-74, У-18	5-00
35	Батон	ККАЛ-99, Б-3, Ж-1, У-18	5-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-941, Б-14, Ж-11, У-203	57-00
<u>обед</u>			
30	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-4, У-1	12-00
210	Борщ с капустой и картофелем 200/10 <small>свекла, капуста, картофель, сметана 15%, морковь, лук репка, масло растительное, помидоры, сахар, соль, лимонная кислота</small>	ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18	20-00
90	Тефтели мясные 60/30 <small>фарш мясной, лук репка, хлеб пшеничный белый, масло растительное, мука, помидоры, морковь, сахар</small>	ККАЛ-230, Б-8, Ж-18, У-11	40-00
150	Макаронные отварные (грешенок) 150 <small>макаронные (грешенок), масло сливочное витаминное 72,5 %, соль</small>	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-806, Б-21, Ж-28, У-123	121-00
<u>полдник</u>			
65	Ватрушка с повидлом <small>тесто слоеное дрожжевое, повидло, мука, яйцо, масло растительное</small>	ККАЛ-211, Б-4, Ж-5, У-38	22-00
200	Напиток овсяный ванильный 1/200	ККАЛ-370, Б-10, Ж-32, У-95	35-00
Итого за полдник		ККАЛ-581, Б-14, Ж-37, У-133	57-00

Директор
МБОУ СОШ

Евгеньяковна

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

