

меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость погашения (руб)
<u>завтрак</u>			
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	11-00
20	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-4, У-1	8-00
105	Котлета рубленая из мяса с маслом сливочным 100/5	ККАЛ-322, Б-9, Ж-27, У-16	74-00
	<small>фарш мясной, сливочное масло, хлеб пшеничный (разморожен), сыр твердый, лук репчатый, морковь, картофель, соль</small>		
180	Рис припущенный 180	ККАЛ-239, Б-4, Ж-5, У-36	24-00
	<small>рис, масло сливочное, 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-869, Б-22, Ж-36, У-108	135-00
<u>обед</u>			
35	Закуска из свежих огурцов	ККАЛ-32, Ж-3, У-1	14-00
	<small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>		
100	Колбаски детские в соусе 70/30 (мясо)	ККАЛ-266, Б-10, Ж-22, У-11	68-00
	<small>сосиски свиные, фарш мясной, яйцо, мука, лук репчатый, масло растительное, соль, перец, чеснок, лук порей, морковь, картофель, соль</small>		
180	Каша перловая рассыпчатая 180	ККАЛ-289, Б-6, Ж-4, У-40	16-00
	<small>перловка, масло сливочное, соль</small>		
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	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-895, Б-24, Ж-30, У-120	135-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка с повидлом обсыпанная	ККАЛ-237, Б-18, Ж-4, У-35	27-00
	<small>мука, масло сливочное, соль, сахар, повидло, яйцо</small>		
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-372, Б-24, Ж-9, У-51	79-00



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>			
250	Каша пшеничная молочная с маслом 245/5 <small>пшено, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5% жирн.</small>	ККАЛ-165, Б-4, Ж-8, У-24	30-00
200	Чай французский (ваниль) <small>сахар, чай, ванилин</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			44-00
<u>обед</u>			
35	Закуска из свежих огурцов <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-32, Ж-3, У-1	14-00
260	Борщ с капустой и картофелем 250/10 <small>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, чеснок, 25% выделенного жира, томатная паста, лимонная кислота</small>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-20	22-00
100	Колбаски детские в соусе 70/30 (мясо) <small>говядина (бифтек), фарш мясной, яйцо, молоко, лук репчатый, масло сливочное крестьянское 72,5% жирное, соль, пшеничная мука, масло растительное, сахар</small>	ККАЛ-266, Б-10, Ж-22, У-11	68-00
180	Каша перловая рассыпчатая 180 <small>перловка, молоко сливочное крестьянское 72,5% жирн.</small>	ККАЛ-280, Б-6, Ж-4, У-40	16-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	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-58, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
Итого за обед			157-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с капустой <small>минеральная вода, сахар, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сухие, яйцо</small>	ККАЛ-216, Б-5, Ж-8, У-30	14-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник			44-00



Пермякова Е.В.

Контроль
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	20-00
200	Каша пшеничная молочная с маслом 195/5	ККАЛ-206, Б-6, Ж-6, У-31	24-00
	<small>пшено, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>		
200	Чай французский (ваниль)	ККАЛ-74, У-18	3-00
	<small>сахар, чай, ванилин</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			55-00
<u>обед</u>			
210	Борщ с капустой и картофелем 200/10	ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18	19-00
	<small>свекла, капуста, картофель, сметана 15%, морковь, лук репчатый, лук зеленый, чеснок, томаты, лук, сахар, соль, лимонная кислота</small>		
90	Колбаски детские в соусе 60/30 (мясо)	ККАЛ-235, Б-9, Ж-20, У-11	59-00
	<small>свилина (полотки), фарш мясной, яйца, мука, лук репчатый, майонез, чеснок, сметана, соль, перец черный, лук зеленый, чеснок</small>		
150	Каша перловая рассыпчатая 150	ККАЛ-233, Б-5, Ж-3, У-33	13-00
	<small>перловка, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>		
200	Сок фруктовый вишневый	ККАЛ-100, Б-1, У-23	23-00
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			123-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с картофелем	ККАЛ-128, Б-8, Ж-6, У-11	18-00
	<small>тесто дрожжевое, фарш картофельный, мука, масло, майонез, чеснок</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			55-00

Директор
МБОУ СОШ №16



Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

