

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>			
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	11-00
30	Повидло фруктовое	ККАЛ-644, Б-1, У-170	10-00
200	Каша гречневая молочная с маслом 195/5	ККАЛ-195, Б-7, Ж-8, У-24	25-00
200	Чай витаминный	ККАЛ-47, У-11	9-00
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-1 068, Б-16, Ж-12, У-232	63-00
<u>обед</u>			
200	Суп картофельный с гречневой крупой.	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-20	11-00
90	Шарики рыбные 60/30	ККАЛ-117, Б-10, Ж-5, У-8	46-00
150	Картофельное пюре 150	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	26-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	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		ККАЛ-618, Б-22, Ж-13, У-103	115-00
<u>полдник</u>			
75	Ватрушка с повидлом	ККАЛ-244, Б-5, Ж-6, У-44	25-00
200	Напиток овсяный шоколадный 1/200	ККАЛ-370, Б-10, Ж-32, У-95	38-00
Итого за полдник		ККАЛ-614, Б-15, Ж-38, У-139	63-00

Директор МБОУ СОШ № 16
ИП Пермякова Е. В.

Пермякова Е. В.
Калькулянт Пермякова Е. В.



меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
30	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-5, У-1	15-00
110	Гуляши из птицы 60/50 (курица)	ККАЛ-147, Б-15, Ж-8, У-3	74-00
180	Каша гречневая рассыпчатая	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	22-00
200	Чай Вишенка"	ККАЛ-55, У-13	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-624, Б-30, Ж-16, У-86	135-00
<u>обед</u>			
15	Салат из свежих помидоров	ККАЛ-15, Ж-1, У-1	8-00
110	Шарики рыбные 80/30	ККАЛ-131, Б-11, Ж-6, У-10	60-00
180	Картофельное пюре 180	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	31-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	23-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	5-00
Итого за обед		ККАЛ-640, Б-24, Ж-14, У-106	135-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок рис яйцо	ККАЛ-266, Б-8, Ж-11, У-33	25-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	21-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
18	Мармелад трицветик	ККАЛ-29, У-7	7-00
Итого за полдник		ККАЛ-458, Б-14, Ж-18, У-60	70-00

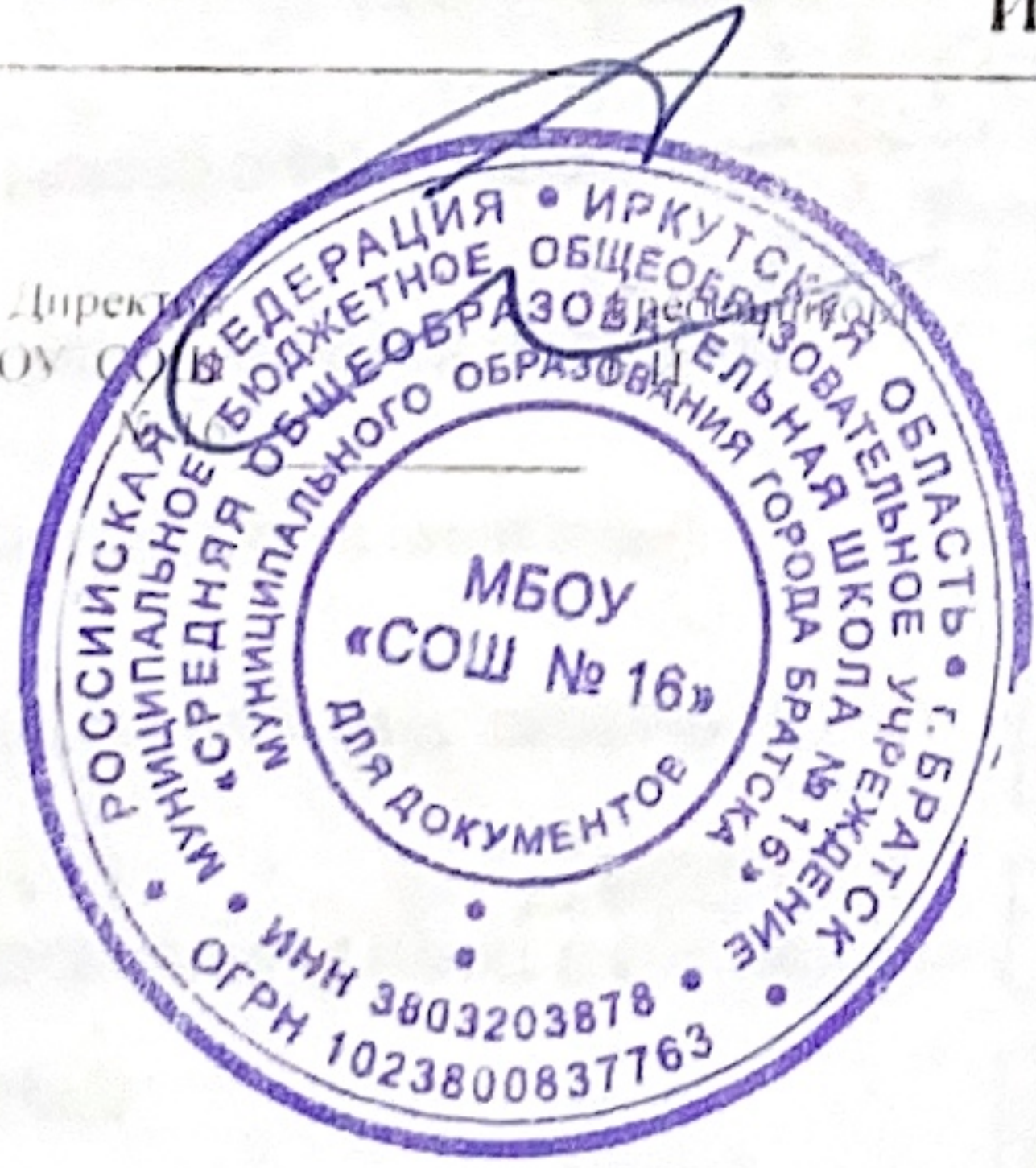
Директор МБОУ СОШ № 16 М. Пермякова Е. В.

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>			
250	Каша гречневая молочная с маслом 245/5 <i>гречка, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</i>	ККАЛ-235, Б-9, Ж-9, У-29	35-00
200	Чай витаминный <i>сахар, лимонник, имбирь, чай</i>	ККАЛ-47, У-11	9-00
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-475, Б-15, Ж-11, У-76	55-00
<u>обед</u>			
10	Салат из свежих помидоров <i>помидор свежий, масло растительное, соль</i>	ККАЛ-10, Ж-1	6-00
250	Суп картофельный с гречневой крупой 250 <i>картофель, лук репка, морковь, гречка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-116, Б-2, Ж-4, У-21	13-00
110	Шарики рыбные 80/30 <i>минтай филе, творог свежий 9%, куриный круака, лук репка, мука, масло растительное, манка, томат-паста, морковь, яйцо, соль, сахар</i>	ККАЛ-131, Б-11, Ж-6, У-10	60-00
180	Картофельное пюре 180 <i>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</i>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	31-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	23-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	5-00
Итого за обед		ККАЛ-751, Б-26, Ж-17, У-126	146-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок рис яйцо <i>тесто дрожжевое, фарш рисовый с яйцом, мука, масло растительное</i>	ККАЛ-266, Б-8, Ж-11, У-33	25-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-439, Б-10, Ж-11, У-74	55-00



ИП Пермякова Е. В.

Пермякова Е. В.

Калькулятор
Пермякова Е. В.

