

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>			
25	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-4, У-1	12-00
220	Макаронны отварные с сыром <small>макаронны (рожки), сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-311, Б-11, Ж-8, У-48	29-00
200	Чай с сахаром, лимоном <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	7-00
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-539, Б-16, Ж-10, У-95	56-00
<u>обед</u>			
25	Закуска из свежих помидоров <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-44, Ж-4, У-1	14-00
200	Суп гороховый 200 <small>картофель, горох сухой, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-119, Б-4, Ж-4, У-19	10-00
90	Комлета рубленая из птицы (курица) 90 <small>курица (рубка), хлеб пшеничный (резаный), сухари панировые, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-269, Б-17, Ж-15, У-17	58-00
150	Овощное пюре 150 <small>картофель, горох сухой, масло сливочное крестьянское 72,5%, морковь, лук репчатый, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-135, Б-3, Ж-7, У-16	25-00
200	Чай вишневый прохладительный <small>сахар, вишня сухая, чай</small>	ККАЛ-93, У-23	6-00
65	Хлеб пшеничный	ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за обед		ККАЛ-847, Б-31, Ж-30, У-115	122-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка Дорожная <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль, дрожжи сухие, масло растительное</small>	ККАЛ-312, Б-10, Ж-13, У-41	26-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-485, Б-12, Ж-13, У-81	56-00

ИП Пермякова
Е. В.

Пермякова Е. В.

Калькулятор
Пермякова Е. В.

меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
15	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-2	8-00
230	Макароны отварные с сыром <small>макароны (рожки), сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-325, Б-11, Ж-9, У-50	30-00
200	Чай с сахаром, лимоном <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	7-00
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-597, Б-17, Ж-11, У-105	56-00
<u>обед</u>			
35	Салат из свежих помидоров <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-34, Ж-3, У-1	20-00
250	Суп гороховый 250 <small>картофель, горох сухой, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-126, Б-5, Ж-1, У-19	12-00
100	Комлета рубленая из птицы (курица) 100 <small>куры, грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари панировочные, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-288, Б-18, Ж-16, У-19	65-00
180	Овощное пюре 180 <small>картофель, горох сухой, масло сливочное крестьянское 72,5%, морковь, лук репчатый, зелень сухая, 25%, соль</small>	ККАЛ-169, Б-3, Ж-7, У-19	30-00
200	Чай вишневый прохладительный <small>сахар, вишня сухая, чай</small>	ККАЛ-93, У-23	6-00
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-943, Б-35, Ж-31, У-129	145-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка Дорожная <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль, дрожжи сухие, масло растительное</small>	ККАЛ-312, Б-10, Ж-13, У-41	26-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-485, Б-12, Ж-13, У-81	56-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 16



ИП Пермякова
Е. В.

Пермякова Е. В.

Калькулятор
Пермякова Е. В.



меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	н. пеп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
20	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-3, У-1	10-00
100	Биточки по-Братски 100 <small>курица, крупа, фарш мясной, лук репчатый, яйцо, хлеб пшеничный (резаный), масло растительное, мука, соль</small>	ККАЛ-195, Б-10, Ж-15, У-8	71-00
180	Макароны отварные (рожки) <small>макароны (рожки), масло сливочное крестьянское 72,5% соли</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Сок фруктовый вишневый	ККАЛ-100, Б-1, У-23	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-690, Б-23, Ж-22, У-101	135-00
<u>обед</u>			
40	Салат из свежих помидоров <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-39, Ж-1, У-1	22-00
100	Комлета рубленая из птицы (курица) 100 <small>курица, крупа, хлеб пшеничный (резаный), сухари панировочные, масло сливочное крестьянское 72,5% соли</small>	ККАЛ-288, Б-18, Ж-16, У-19	65-00
180	Овощное пюре 180 <small>картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное крестьянское 72,5%, морковь, лук репчатый, молоко сухое 25% соли</small>	ККАЛ-169, Б-3, Ж-7, У-19	30-00
200	Чай вишневый прохладительный <small>сахар, вишня сухая, чай</small>	ККАЛ-93, У-23	6-00
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-821, Б-29, Ж-27, У-110	135-00
<u>полдник</u>			
60	Булочка дорожная 60 <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	18-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	21-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
Итого за полдник		ККАЛ-437, Б-13, Ж-19, У-54	68-00

Директор
МБОУ СОШ №16

ИП Пермякова
Е. В

Пермякова Е. В

Калькулятор
Пермякова Е. В

