

меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость порции (руб)
<u>завтрак</u>			
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	11-00
20	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-3, У-1	8-00
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-525, Б-18, Ж-12, У-83	59-00
<u>обед</u>			
20	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-4, У-1	9-00
200	Суп картофельный с рисом	ККАЛ-112, Б-4, Ж-4, У-26	12-00
90	Гуляш из свинины 45/45	ККАЛ-231, Б-10, Ж-19, У-4	62-00
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-814, Б-27, Ж-30, У-114	119-00
<u>полдник</u>			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
85	Мандарины свежие	ККАЛ-30, Б-1, У-6	29-00
Итого за полдник		ККАЛ-203, Б-3, У-47	59-00

Директор
МБОУ СОШ № 16



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>			
30	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-5, У-1	12-00
199	Котлета кур в сырной панировке с маслом 100/5 <small>куриный фарш, хлеб пшеничный (сухари), яйцо куриное, сыр твердый, масло растительное, яйцо, соль</small>	ККАЛ-176, Б-14, Ж-11, У-13	69-00
180	Макаронны отварные (гребешок) <small>макаронны (гребешок), масло сливочное (кристина), соль</small>	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-651, Б-26, Ж-17, У-104	135-00
<u>обед</u>			
25	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-5, У-1	11-00
110	Гуляш из свинины 60/50 <small>свинина (мякоть), лук репчатый, морковь, масло сливочное (кристина), соль, перец</small>	ККАЛ-367, Б-13, Ж-26, У-5	82-00
180	Каша гречневая рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное (кристина), соль</small>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-94, У-22	12-00
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		ККАЛ-865, Б-31, Ж-33, У-109	135-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с яблоком <small>тесто, яблоко, сахар, яйцо, масло сливочное</small>	ККАЛ-213, Б-3, Ж-9, У-39	25-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-89, Б-6, Ж-5, У-8	23-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	33-00
Итого за полдник		ККАЛ-337, Б-9, Ж-14, У-54	81-00

Директор
МБОУ СОШ № 16

Перикова Е.В.

ИП Перикова Е.В.

Перикова Е.В.

Калькулятор
Перикова Е.



меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость платежи (руб)
<u>завтрак</u>			
25	Повидло фруктовое	ККАЛ-537, Б-1, У-142	9-00
240	Макароны отварные с сыром	ККАЛ-339, Б-12, Ж-9, У-53	31-00
	<small>макароны твердые, сыр твердый, масло сливочное, сметана 20%</small>		
200	Чай русский (карамель)	ККАЛ-38, У-9	5-00
	<small>чай, сахар</small>		
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		ККАЛ-1079, Б-18, Ж-11, У-235	54-00
<u>обед</u>			
20	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-14, У-1	9-00
250	Суп картофельный с рисом	ККАЛ-123, Б-4, Ж-4, У-19	14-00
	<small>картофель, лук репчатый, морковь, рис, масло растительное, сметана, зелень свежая, лук порей, петрушка</small>		
110	Гуляши из свинины 60/50	ККАЛ-307, Б-13, Ж-26, У-5	82-00
	<small>свинина мякоть, лук репчатый, морковь, лук, масло растительное, сметана, зелень свежая, петрушка</small>		
180	Каша гречневая рассыпчатая	ККАЛ-228, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
	<small>гречка, вода, сливочное масло</small>		
200	Напиток из шиповника	ККАЛ-94, У-22	12-00
	<small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>		
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за обед		ККАЛ-687, Б-35, Ж-38, У-128	147-00
<u>полдник</u>			
75	Корис молочный 75 гр	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-19	24-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-288, Б-4, Ж-3, У-60	54-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 16

Гребенникова
Е.И.

ИП Перякова
Е.В.

Перякова Е.В.

Кликов Игорь
Перякова Е.В.

