

меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	18-00
200	Каши пшеничная молочная с маслом 195/5 <small>пшеница, молоко сухое 25%, масло сливочное кристаллическое 72,3% жирн., соль</small>	ККАЛ-206, Б-6, Ж-6, У-31	24-00
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-474, Б-11, Ж-8, У-86	57-00
<u>обед</u>			
20	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-3, У-1	9-00
210	Борщ с капустой и картофелем 200/10 <small>свекла, капуста, картофель, сметана 15%, морковь, лук репчатый, мясо говядины, лук зеленый, чеснок, сливочное масло</small>	ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18	21-00
90	Биточки из птицы 90 (курица) <small>курица, яйца, хлеб пшеничный (фреши), сахар, подсолнечное масло растительное, соль</small>	ККАЛ-167, Б-16, Ж-7, У-12	52-00
150	Рис по-монастырски 150 <small>рис басмати, морковь, мясо говядины, лук, соль</small>	ККАЛ-195, Б-3, Ж-5, У-31	20-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоки, сахар, вишня сушеная, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	10-00
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-735, Б-27, Ж-18, У-118	121-00
<u>полдник</u>			
80	Пряник промышленный	ККАЛ-269, Б-4, Ж-2, У-62	27-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-442, Б-6, Ж-2, У-103	57-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 16



Е.В.

Пермякова Е.В.

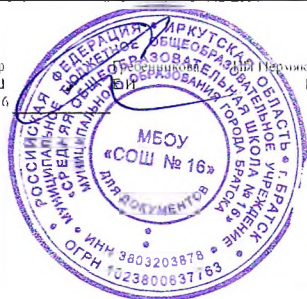
Классный руководитель
Пермякова Е.В.



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>			
20	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-4, У-1	8-00
100	Котлета рыбная "Емеля", <small>минтай филе, творог свежий 2%, куриный фарш, лук репчатый, морковь, лук зеленый, лук репчатый, картофель 72,5%, майонез, яйцо, соль</small>	ККАЛ-114, Б-5, Ж-5, У-13	74-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное, картофельная мука 72,5%, молоко, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	31-00
200	Чай "Черничка" <small>сахар, черника свежемороженая, чай</small>	ККАЛ-55, У-13	11-00
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-525, Б-15, Ж-13, У-87	135-00
<u>обед</u>			
15	Закуска из свежих огурцов <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-14, Ж-1	6-00
100	Курица рубленая под сыром <small>куриный фарш, сметана 15%, лук репчатый, сыр твердый, лук зеленый, морковь, лук репчатый, картофель 72,5%, майонез, яйцо, соль</small>	ККАЛ-157, Б-12, Ж-9, У-7	83-00
180	Рис по-монастырски <small>лук репчатый, рис, морковь, лук, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-234, Б-4, Ж-8, У-37	24-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоко, сахар, вишня сушеная, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	10-00
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-729, Б-24, Ж-19, У-115	135-00
<u>полдник</u>			
100	Булочка Веснушка 100 <small>дрожжи, сахар, яйцо, лимонная кислота, мука 72,5%, ваниль, соль, масло сливочное, майонез, яйцо, соль</small>	ККАЛ-338, Б-8, Ж-1, У-47	25-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	33-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	18-00
Итого за полдник		ККАЛ-525, Б-13, Ж-17, У-79	76-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 16



Пермякова Е.В.

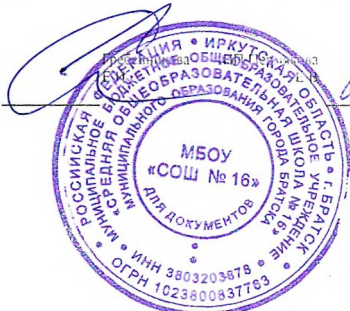
Калькулятор
Пермякова Е.В.



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>пшеница, молоко, сахар, сливочное масло, ванилин, соль</small>	ККАЛ-165, Б-4, Ж-8, У-24	32-00
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-434, Б-10, Ж-10, У-78	50-00
<u>обед</u>			
260	Борщ с капустой и картофелем 250/10 <small>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, мясо растительное, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</small>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-20	22-00
100	Курица рубленая под сыром <small>курица, лук, сметана 15%, лук репчатый, сыр твердый, масло растительное, соль, перец</small>	ККАЛ-157, Б-12, Ж-9, У-7	83-00
180	Рис по-монастырски <small>лук репчатый, рис, морковь, мясо растительное, соль</small>	ККАЛ-234, Б-4, Ж-8, У-37	24-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоки, сахар, лимонная кислота, эссенция лимонная</small>	ККАЛ-92, У-23	10-00
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-834, Б-26, Ж-23, У-134	151-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка Веснушка 75 <small>мука, сахар, яйца, дрожжи, соль, масло растительное</small>	ККАЛ-328, Б-8, Ж-12, У-47	20-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-501, Б-10, Ж-12, У-88	50-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 16



Пермякова Е.В.

Классный руководитель
Пермякова Е.В.

