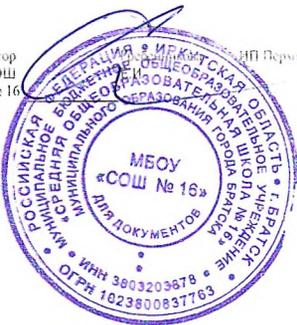


меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
20	Горошек зеленый <small>горошек зеленый, вода, растительное</small>	ККАЛ-8, Б-1, У-1	15-00
100	Котлета рыбная в сырной панировке 100 <small>минтай филе, сырная панировка, хлеб пшеничный, картофель, яйца, масло растительное, соль, специи, лук, лук</small>	ККАЛ-223, Б-15, Ж-12, У-14	64-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное, картофельное 72,5%, молоко сухое 25%</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	31-00
200	Чай 'Ежевичка' <small>чай, фрукты, сахар, вода, мед, желейная начинка</small>	ККАЛ-55, У-13	14-00
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-637, Б-25, Ж-19, У-88	135-00
<u>обед</u>			
30	Помидор свежий с маслом растительным <small>помидор свежий, масло растительное</small>	ККАЛ-33, Ж-3, У-1	13-00
100	Печень тушеная в соусе красном основном 50/50 <small>печень говяжья, масло сливочное, картофельное 72,5%, лук, морковь, лук, морковь, лук, морковь, лук</small>	ККАЛ-293, Б-12, Ж-12, У-15	67-00
180	Каша гречневая рассыпчатая <small>гречка, молоко сливочное, картофельное 72,5%</small>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
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-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-778, Б-30, Ж-22, У-117	135-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с капустой <small>капуста, мука, сахар, яйца, масло 22%, масло растительное, дрожжи, соль, вода</small>	ККАЛ-216, Б-5, Ж-8, У-30	25-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	23-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	33-00
Итого за полдник		ККАЛ-351, Б-12, Ж-14, У-45	81-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 16



ИП Перунова Е.В.

Е.В.

Перунова Е.В.

Калькулятор
Перунова Е.В.

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>			
110	Яблоки свежие	ККАЛ-49, У-11	19-00
200	Каша манная молочная с маслом 195/5	ККАЛ-186, Б-4, Ж-9, У-21	22-00
200	Чай французский (ваниль)	ККАЛ-74, У-18	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-450, Б-9, Ж-11, У-76	54-00
<u>обед</u>			
25	Помидор свежий с маслом растительным	ККАЛ-27, Ж-3, У-1	11-00
210	Суп из овощей со сметаной 200/10	ККАЛ-92, Б-1, Ж-4, У-13	22-00
90	Печень тушеная в соусе красном основном 45/45	ККАЛ-178, Б-11, Ж-8, У-14	58-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	ККАЛ-265, Б-7, Ж-5, У-32	14-00
200	Напиток яблочно-вишневый	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-762, Б-26, Ж-20, У-117	124-00
<u>полдник</u>			
50	Ватрушка с творогом	ККАЛ-144, Б-7, Ж-3, У-21	24-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-46	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-317, Б-9, Ж-3, У-62	54-00

Директор МБОУ СОШ №16 Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.

Классификатор Пермякова Е.В.

