

меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	11-00
15	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-2	6-00
220	Макаронные изделия с сыром <small>макаронные (рожки), сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-311, Б-11, Ж-8, У-48	29-00
200	Чай русский (карамель) <small>сахар, чай</small>	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-533, Б-18, Ж-12, У-85	59-00
обед			
200	Суп картофельный с рисом <small>картофель, рис, лук репка, морковь, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-112, Б-4, Ж-4, У-20	15-00
90	Гуляши из свинины 45/45 <small>свинина (окопорок), лук репка, томат-паста, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, соль</small>	ККАЛ-231, Б-10, Ж-19, У-4	66-00
150	Каша гречневая рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	16-00
200	Напиток Витаминчик <small>яблоки 28гр., сахар, лимонная кислота, чай-заварка</small>	ККАЛ-94, У-22	13-00
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-810, Б-27, Ж-30, У-113	119-00
полдник			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
Итого за полдник		ККАЛ-208, Б-3, У-48	59-00

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

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

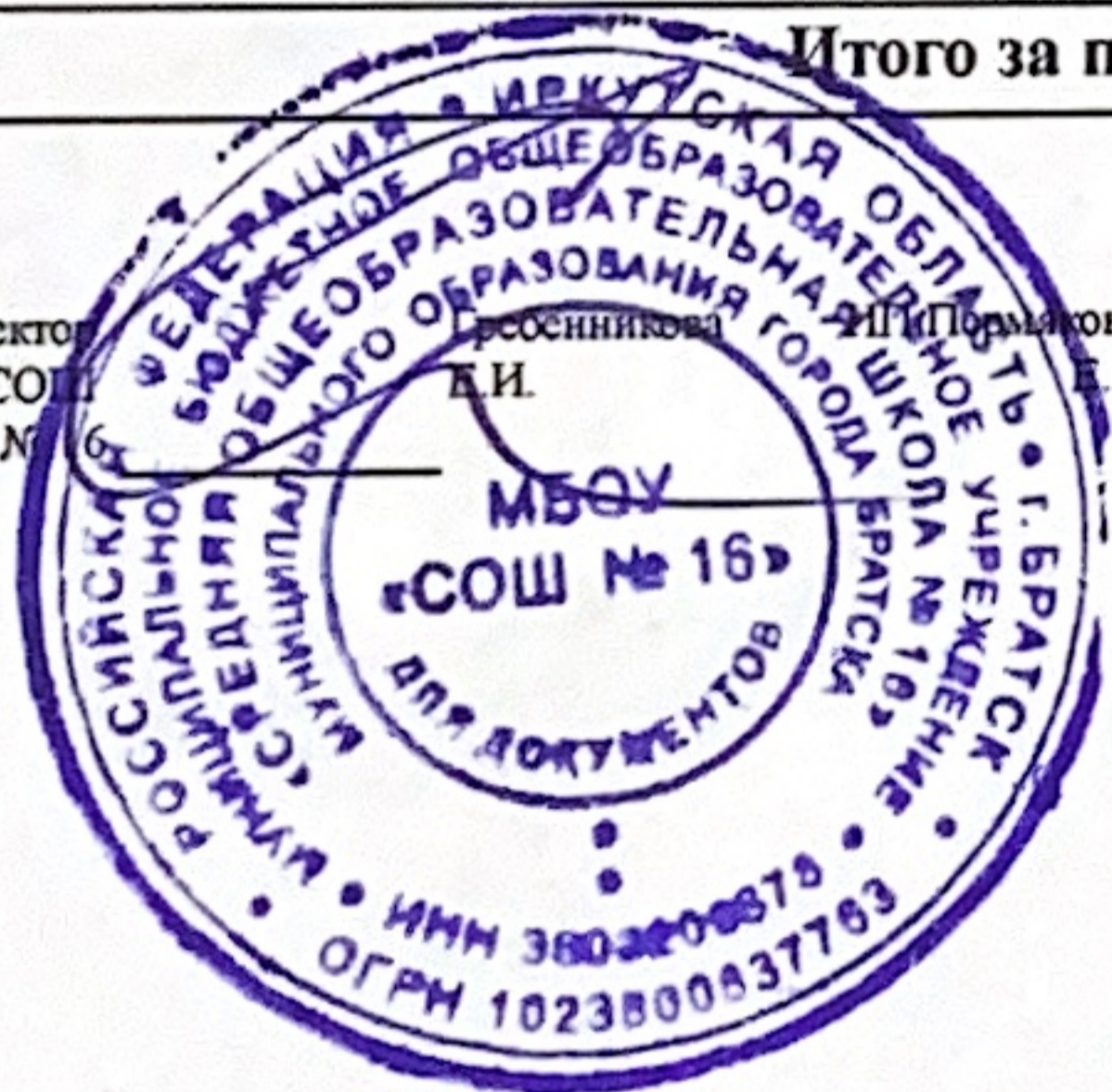


меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
25	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-4, У-1	12-00
100	Котлета кур в сырной панировке с маслом 100/5	ККАЛ-170, Б-14, Ж-11, У-13	69-00
<small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, масло растительное, яйцо, соль</small>			
180	Макаронные изделия (гребешок)	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
<small>макаронные изделия (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>			
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			135-00
<u>обед</u>			
25	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-5, У-1	17-00
100	Гуляш из свинины 50/50	ККАЛ-256, Б-11, Ж-22, У-5	74-00
<small>свинина (окорок), лук репка, томат-паста, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, соль</small>			
180	Каша гречневая рассыпчатая	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	19-00
<small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>			
200	Напиток Витаминчик	ККАЛ-94, У-22	13-00
<small>яблоки 28гр., сахар, лимонная кислота, чай-заварка</small>			
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			135-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с яблоком	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	25-00
<small>тесто сдобное дрожжевое, фарш яблочный, масло растительное, меланж, мука</small>			
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	23-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
Итого за полдник			77-00

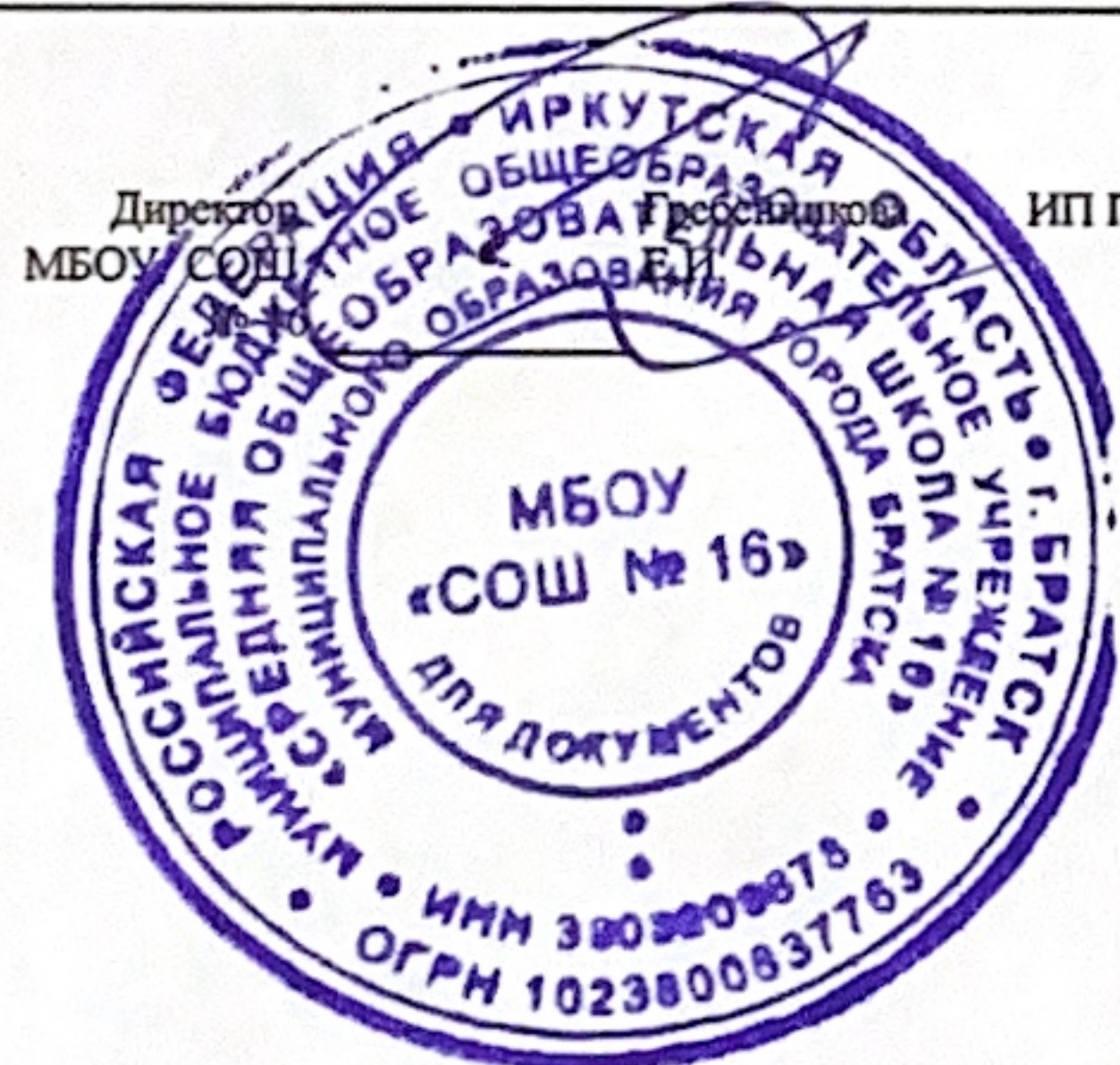
Директор
МБОУ СОШ № 16
И.И. Пермякова

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>			
25	Повидло фруктовое	ККАЛ-537, Б-1, У-142	7-00
240	Макароньы отварные с сыром <small>макароньы (рожки), сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-339, Б-12, Ж-9, У-53	32-00
200	Чай русский (карамель) <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-38, У-9	5-00
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-1 107, Б-18, Ж-11, У-240	55-00
<u>обед</u>			
15	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-3, У-1	11-00
250	Суп картофельный с рисом 250 <small>картофель, лук репка, морковь, рис, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-123, Б-4, Ж-4, У-19	17-00
100	Гуляш из свинины 50/50 <small>свинина (окорок), лук репка, томат-паста, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, соль</small>	ККАЛ-256, Б-11, Ж-22, У-5	74-00
180	Каша гречневая рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	19-00
200	Напиток Витаминчик <small>яблоки 28гр., сахар, лимонная кислота, чай-заварка</small>	ККАЛ-94, У-22	13-00
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-934, Б-33, Ж-33, У-127	146-00
<u>полдник</u>			
75	Корж молочный 75 гр	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-19	25-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-288, Б-4, Ж-3, У-60	55-00

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.