

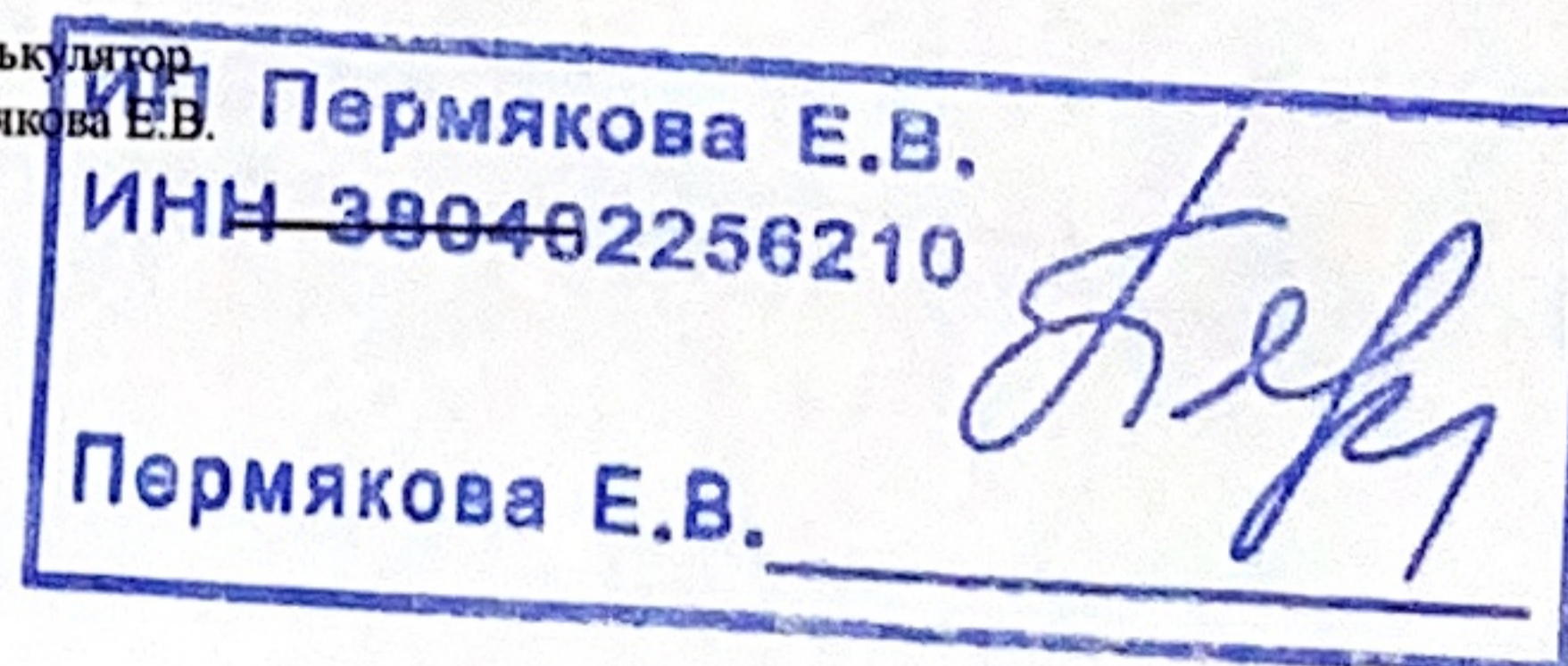
меню (БП, РП 12-18 лет)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| завтрак | | | |
| 20 | Горошек зеленый <small>горошек зеленый, масло растительное</small> | ККАЛ-8, Б-1, У-1 | 14-00 |
| 105 | Котлета рубленая из мяса с маслом сливочным 100/5 <small>фарш мясной, свинина (окорок), хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло растительное, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small> | ККАЛ-322, Б-9, Ж-27, У-16 | 78-00 |
| 180 | Рис припущенный 180 <small>рис, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small> | ККАЛ-230, Б-4, Ж-5, У-36 | 25-00 |
| 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-830, Б-20, Ж-34, У-108 | 135-00 |
| обед | | | |
| 15 | Огурец консервированный | ККАЛ-2 | 8-00 |
| 110 | Ежики в сметанно-томатном соусе 80/30 <small>фарш мясной, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, сметана 15%, рис, томат-паста, соль</small> | ККАЛ-263, Б-7, Ж-21, У-12 | 70-00 |
| 180 | Каша перловая рассыпчатая 180 <small>перловка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small> | ККАЛ-280, Б-6, Ж-4, У-40 | 18-00 |
| 200 | Сок фруктовый (мультифрукт) | ККАЛ-85, Б-1, У-20 | 27-00 |
| 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-861, Б-22, Ж-27, У-119 | 135-00 |
| полдник | | | |
| 75 | Булочка с повидлом обсыпная <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, повидло, соль, дрожжи сух, масло растительное</small> | ККАЛ-237, Б-18, Ж-4, У-35 | 28-00 |
| 200 | Кефир 2,5% | ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8 | 24-00 |
| 100 | Мандарины свежие | ККАЛ-35, Б-1, У-8 | 33-00 |
| Итого за полдник | | ККАЛ-372, Б-24, Ж-9, У-51 | 85-00 |

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>пшено, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small> | ККАЛ-165, Б-4, Ж-8, У-24 | 30-00 |
| 200 | Чай французский (ваниль) <small>сахар, чай, ванилин</small> | ККАЛ-74, У-18 | 3-00 |
| 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 | | | 44-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 10 | Огурец консервированный | ККАЛ-1 | 6-00 |
| 260 | Борщ с капустой и картофелем 250/10 <small>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</small> | ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-20 | 24-00 |
| 110 | Ежики в сметанно - томатном соусе 80/30 <small>фарш мясной, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, сметана 15%, рис, томат-паста, соль</small> | ККАЛ-263, Б-7, Ж-21, У-12 | 70-00 |
| 180 | Каша перловая рассыпчатая 180 <small>перловка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small> | ККАЛ-280, Б-6, Ж-4, У-40 | 18-00 |
| 200 | Сок фруктовый (мультифрукт) | ККАЛ-85, Б-1, У-20 | 27-00 |
| 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 | | | 157-00 |
| <u>полдник</u> | | | |
| 75 | Пирожок с капустой <small>капуста, мука, сахар, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух, яйцо</small> | ККАЛ-216, Б-5, Ж-8, У-30 | 14-00 |
| 200 | Сок фруктовый 1/200 | ККАЛ-173, Б-2, У-40 | 30-00 |
| Итого за полдник | | | 44-00 |

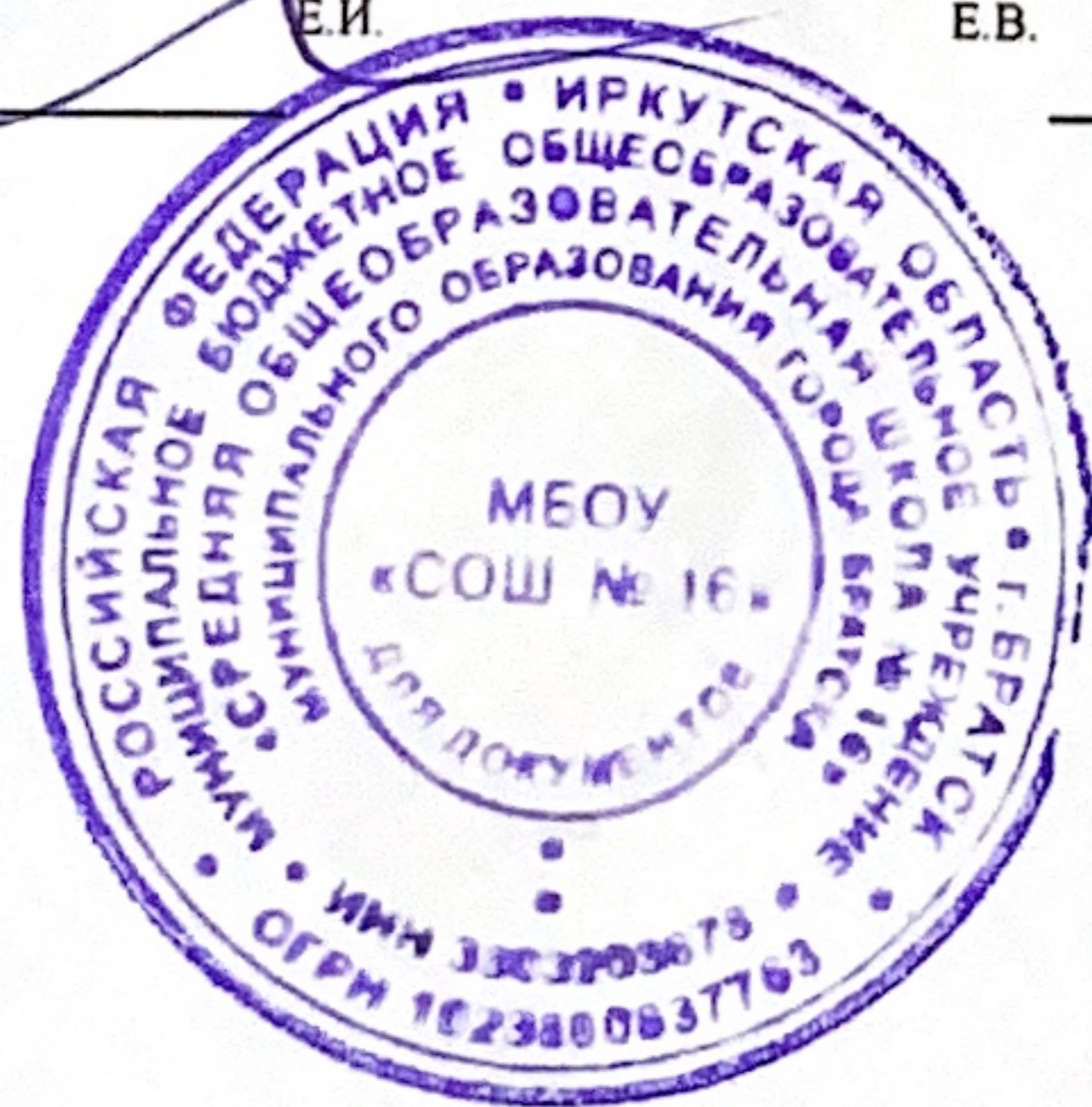
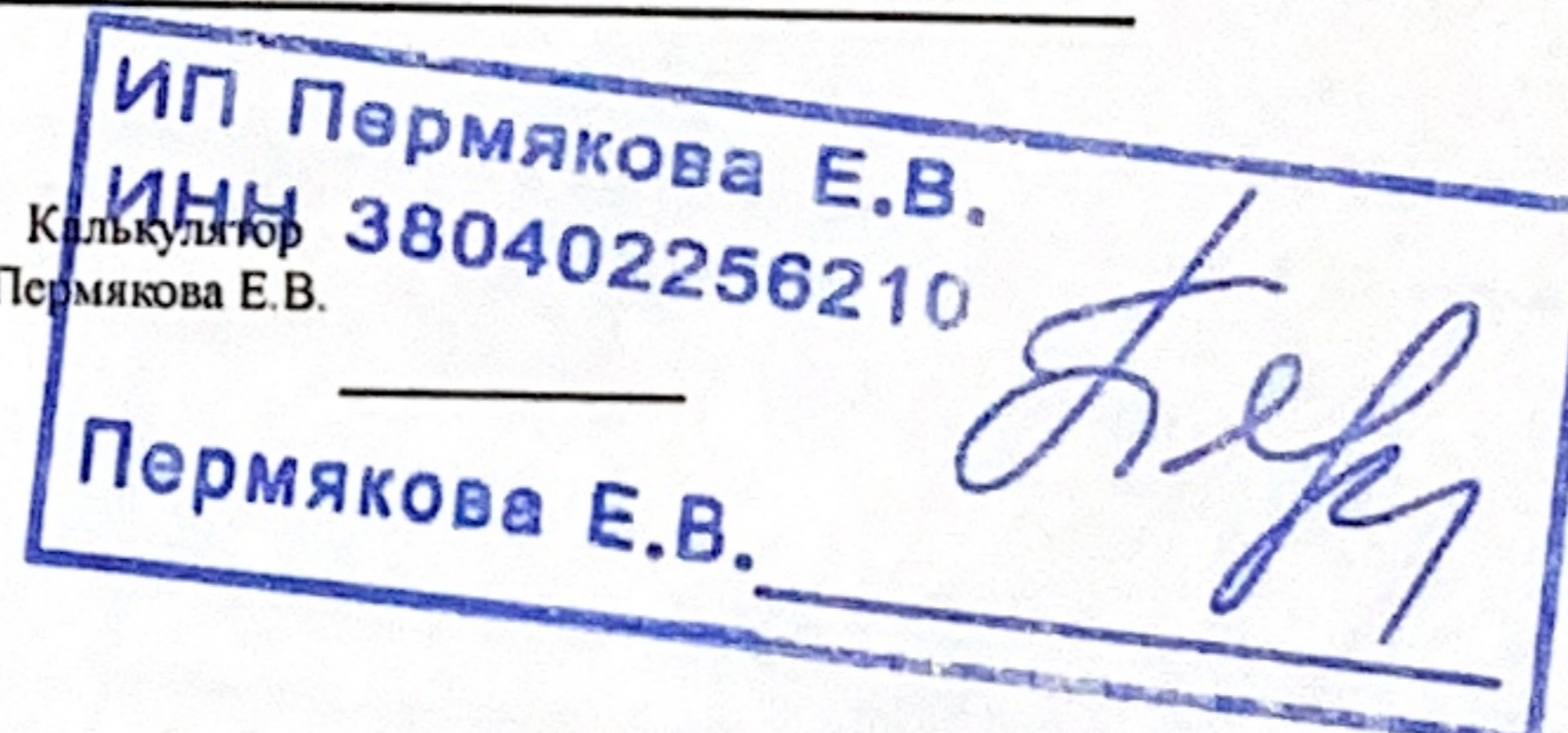
Директор
МБОУ СОШ
№ 16

Гребенникова
Е.И.

ИП Пермякова
Е.В.

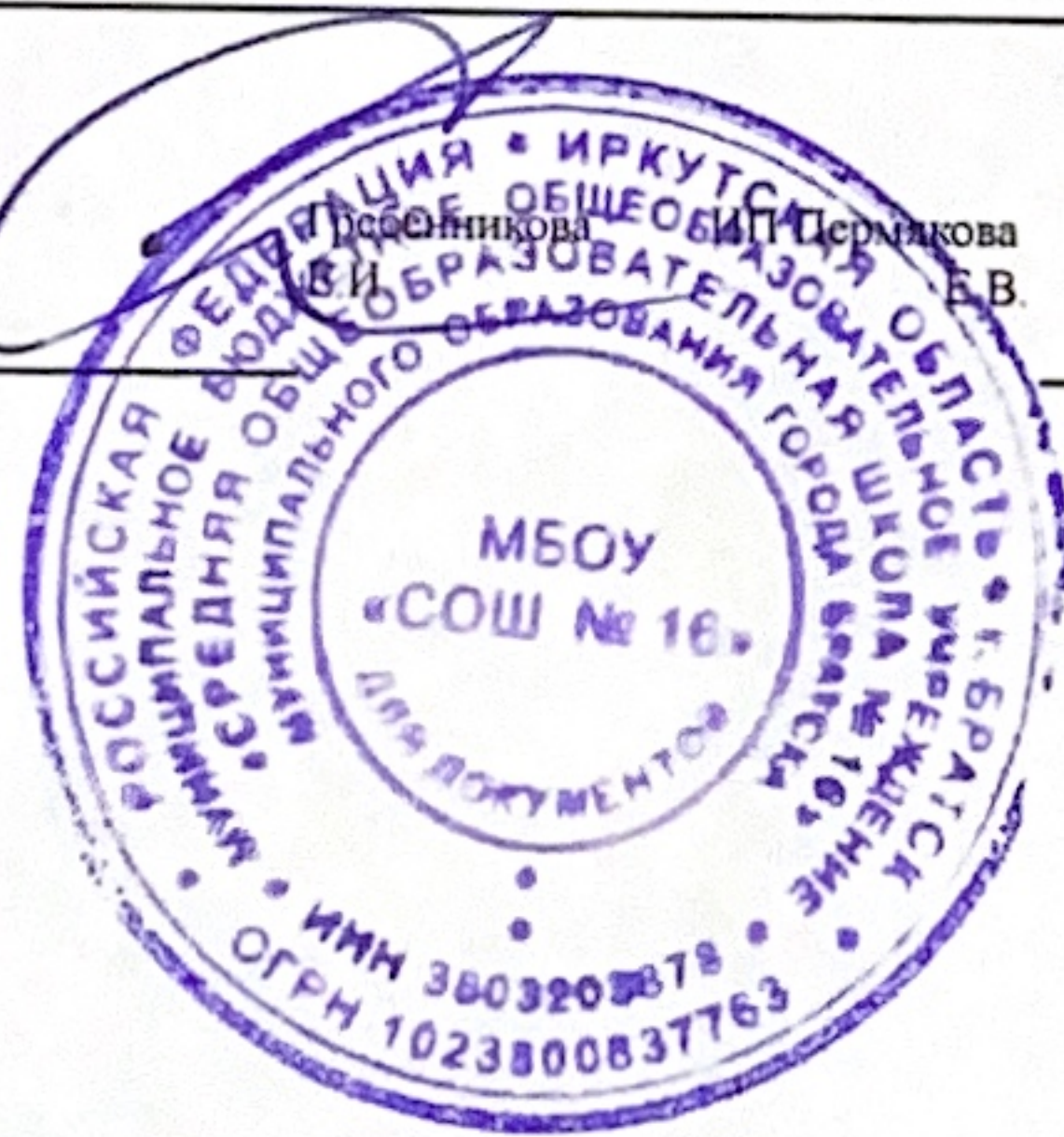
Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова 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) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| завтрак | | | |
| 54 | Яйцо вареное | ККАЛ-76, Б-6, Ж-5 | 20-00 |
| 200 | Каша пшеничная молочная с маслом 195/5 <small>пшено, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small> | ККАЛ-206, Б-6, Ж-6, У-31 | 24-00 |
| 200 | Чай французский (ваниль) <small>сахар, чай, ванилин</small> | ККАЛ-74, У-18 | 3-00 |
| 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 | | | 55-00 |
| обед | | | |
| 210 | Борщ с капустой и картофелем 200/10 <small>свекла, капуста, картофель, сметана 15%, морковь, лук репка, масло растительное, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</small> | ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18 | 19-00 |
| 90 | Ежики в сметанно-томатном соусе 60/30 <small>фарш мясной, лук репка, сметана 15%, мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, рис, томат-паста, соль</small> | ККАЛ-201, Б-5, Ж-16, У-9 | 54-00 |
| 150 | Каша перловая рассыпчатая 150 <small>перловка, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small> | ККАЛ-233, Б-5, Ж-3, У-33 | 15-00 |
| 200 | Сок фруктовый вишневый | ККАЛ-100, Б-1, У-23 | 26-00 |
| 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 | | | 123-00 |
| полдник | | | |
| 75 | Пирожок с картофелем <small>тесто дрожжевое, фарш картофельный, мука, меланж, масло растительное</small> | ККАЛ-128, Б-8, Ж-6, У-11 | 18-00 |
| 200 | Сок фруктовый 1/200 | ККАЛ-173, Б-2, У-40 | 30-00 |
| 18 | Мармелад трицветик | ККАЛ-29, У-7 | 7-00 |
| Итого за полдник | | | 55-00 |

Директор
МБОУ СОШ
№ 16

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.