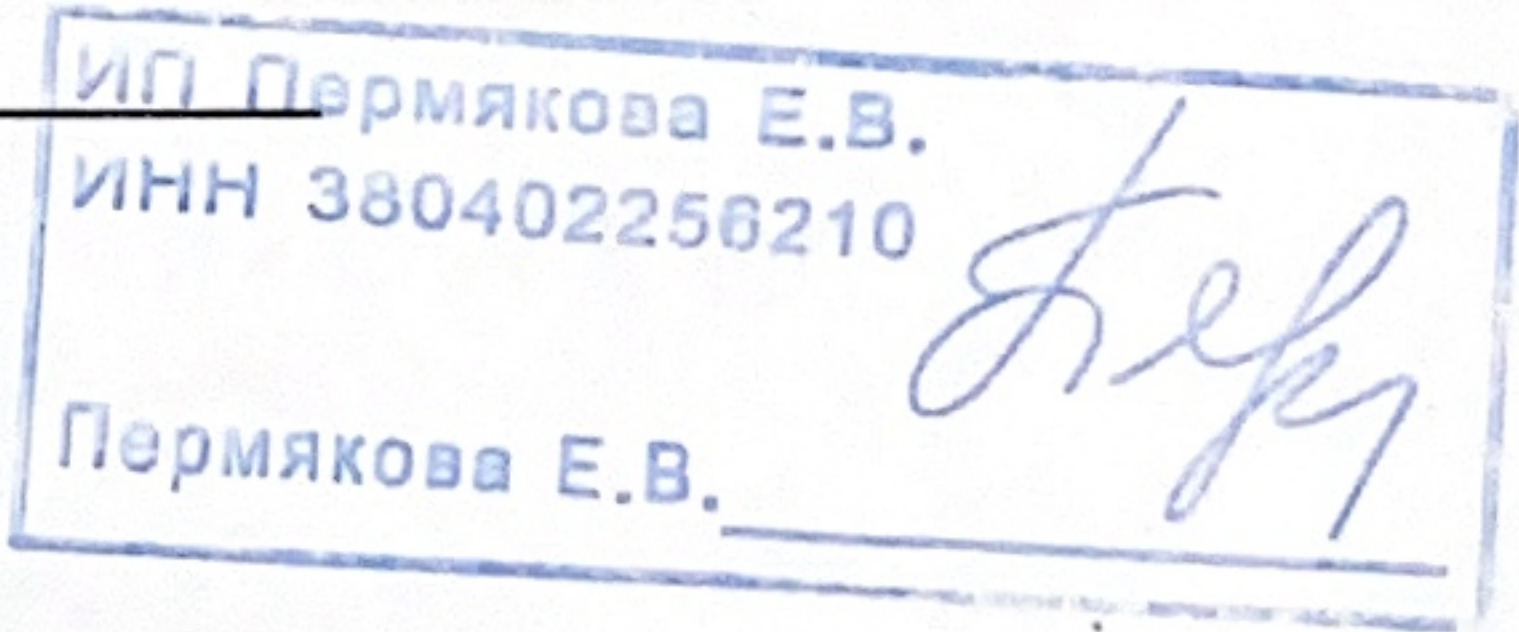


меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
15	Повидло фруктовое	ККАЛ-322, Б-1, У-85	6-00
250	Каша гречневая молочная с маслом 245/5	ККАЛ-235, Б-9, Ж-9, У-29	30-00
гречка, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль			
200	Чай вишневый	ККАЛ-93, У-23	6-00
сахар, вишня сухая, чай			
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	9-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-843, Б-16, Ж-11, У-173	55-00
<u>обед</u>			
250	Суп картофельный с гречневой крупой 250	ККАЛ-116, Б-2, Ж-4, У-21	11-00
картофель, лук репка, морковь, гречка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)			
110	Шарики рыбные 80/30	ККАЛ-131, Б-11, Ж-6, У-10	53-00
минтай б/г, творог свежий 5 %, курсы грудка, лук репка, мука, масло растительное, манка, томат-паста, морковь, яйцо, соль, сахар			
180	Картофельное пюре 180	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	39-00
картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль			
200	Сок фруктовый вишневый	ККАЛ-100, Б-1, У-23	28-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	6-00
Итого за обед		ККАЛ-756, Б-26, Ж-17, У-129	146-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок рис яйцо	ККАЛ-266, Б-8, Ж-11, У-33	25-00
тесто дрожжевое, фарш рисовый с яйцом, мука, меланж, масло растительное			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-439, Б-10, Ж-11, У-74	55-00



Пермякова Е.В. Калькулятор
Пермякова Е.В.

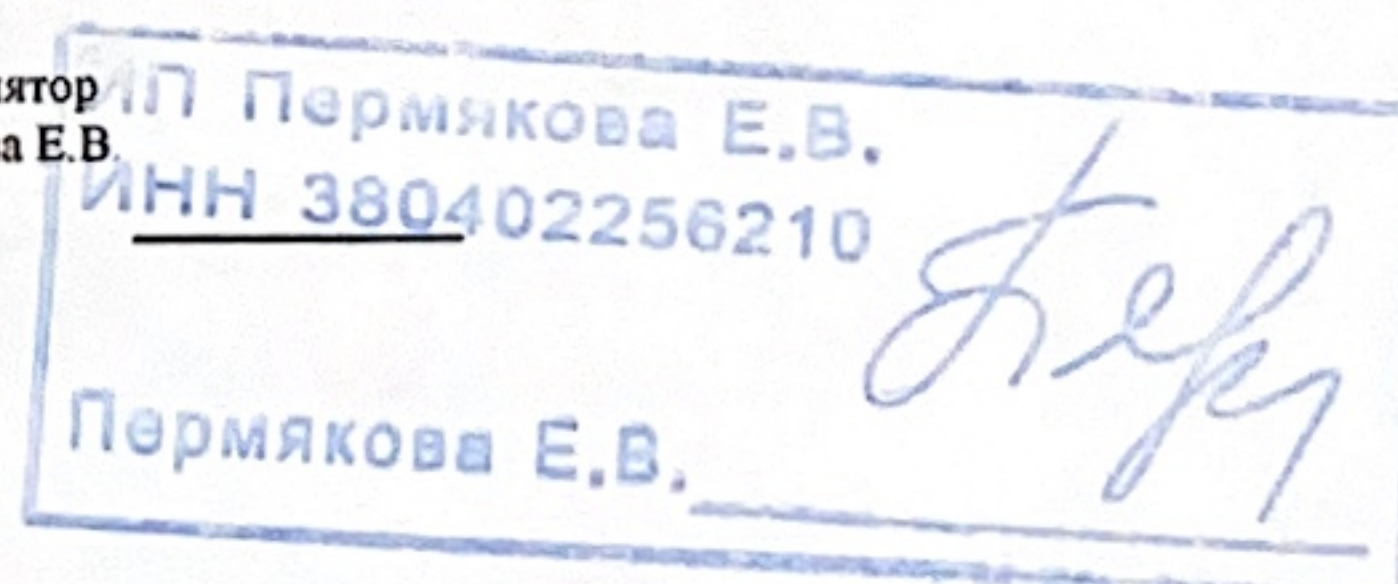


меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
15	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-2	10-00
110	Гуляш из свинины 60/50 свинина (окорок), лук репка, томат-паста, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, соль	ККАЛ-276, Б-12, Ж-23, У-5	83-00
180	Каша гречневая рассыпчатая гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	19-00
200	Чай с сахаром с молоком 200 сахар, молоко сухое 25%, чай	ККАЛ-100, Б-2, Ж-1, У-20	10-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	9-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за завтрак			ККАЛ-796, Б-28, Ж-32, У-95 135-00
обед			
110	Шарики рыбные 80/30 минтай б/з, творог свежий 5 %, кури грудка, лук репка, мука, масло растительное, манка, томат-паста, морковь, яйцо, соль, сахар	ККАЛ-131, Б-11, Ж-6, У-10	53-00
180	Картофельное пюре 180 картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	39-00
200	Сок фруктовый вишневый	ККАЛ-100, Б-1, У-23	28-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	6-00
Итого за обед			ККАЛ-640, Б-24, Ж-13, У-108 135-00
полдник			
75	Пирожок рис яйцо тесто дрожжевое, фарш рисовый с яйцом, мука, меланж, масло растительное	ККАЛ-266, Б-8, Ж-11, У-33	25-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	23-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
36	Мармелад трицветик	ККАЛ-59, У-15	14-00
Итого за полдник			ККАЛ-488, Б-14, Ж-18, У-67 79-00

Директор
МБОУ СОШ № 16ИП 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			
50	Блинчики мука, молоко сухое 25%, яйцо, сахар, масло растительное, соль	ККАЛ-111, Б-4, Ж-3, У-17	12-00
20	Повидло фруктовое	ККАЛ-430, Б-1, У-114	8-00
200	Каша гречневая молочная с маслом 195/5 гречка, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %	ККАЛ-195, Б-7, Ж-8, У-24	28-00
200	Чай вишневый сахар, вишня сухая, чай	ККАЛ-93, У-23	6-00
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-976, Б-17, Ж-12, У-205	63-00
обед			
200	Суп картофельный с гречневой крупой. картофель, гречка, лук репка, морковь, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-20	11-00
90	Шарики рыбные 50/40 минтай б/г потрохи, творог свежий 5 %, кури грудка, мука, лук репка, томат-паста, масло растительное, морковь, манка, яйцо, соль, сахар	ККАЛ-117, Б-10, Ж-5, У-8	34-00
150	Картофельное пюре 150 картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	32-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	28-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за обед		ККАЛ-618, Б-22, Ж-13, У-103	115-00
полдник			
75	Ватрушка с повидлом тесто содовое дрожжевое, повидло, мука, меланж, масло растительное	ККАЛ-244, Б-5, Ж-6, У-44	25-00
200	Напиток овсяный шоколадный 1/200	ККАЛ-370, Б-10, Ж-32, У-95	38-00
Итого за полдник		ККАЛ-614, Б-15, Ж-38, У-139	63-00
Итого за день		ККАЛ-2 207, Б-54, Ж-64, У-447	241-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 16
Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В. Калькулятор
Пермякова Е.В.

