

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>			
54	Яйцо вареное	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	20-00
190	Каша гречневая молочная с маслом 185/5	ККАЛ-190, Б-7, Ж-8, У-23	26-00
гречка, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,3 %			
200	Чай русский (карамель)	ККАЛ-38, У-9	2-00
сахар, чай			
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-452, Б-18, Ж-15, У-60	57-00
<u>обед</u>			
210	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 200/10	ККАЛ-114, Б-3, Ж-8, У-7	19-00
капуста, картофель, морковь, лук репка, томатная паста, масло растительное, соль, петрушка, лист			
90	Биточки рыбные Диетические с соусом 60/30	ККАЛ-233, Б-15, Ж-10, У-15	35-00
минтай без потрохов, куриный бульон, хлеб пшеничный (ржаной), сухари панировочные, масло сливочное крестьянское 72,3 %, морковь, лук, томат-паста, масло растительное, лук репка, соль, сахар			
150	Картофельное пюре 150	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	32-00
картофель, масло сливочное крестьянское 72,3 %, молоко сухое 25%, соль			
200	Компот Деревянный	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
смесь ягодная я-я, сахар, лимонная кислота			
65	Хлеб пшеничный	ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32	8-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за обед		ККАЛ-750, Б-29, Ж-23, У-101	121-00
<u>полдник</u>			
60	Булочка дорожная 60	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	20-00
мука, масло сливочное крестьянское 72,3 %, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сух			
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		ККАЛ-486, Б-9, Ж-12, У-85	57-00

/Директор
МБОУ СОШ №16

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.ИП Пермякова Е.В.
ИНН 380402256210

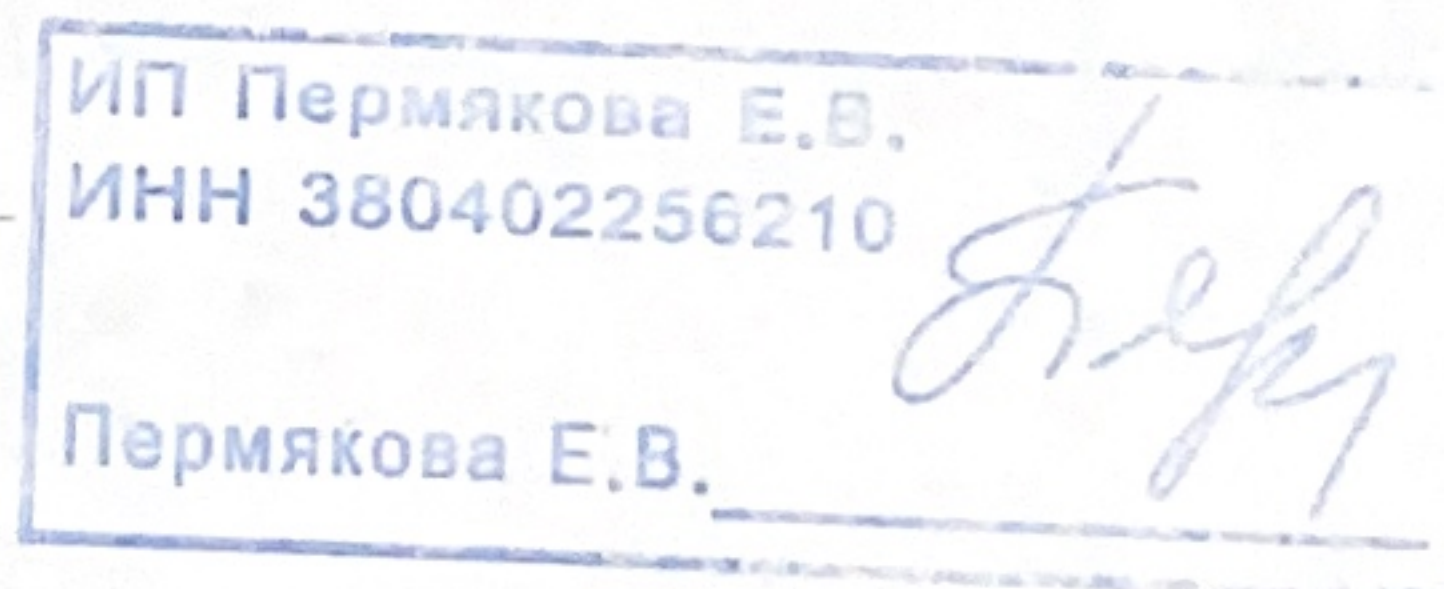
Пермякова Е.В.

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 гречневая молочная с маслом 245/5 гречка, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-235, Б-9, Ж-9, У-29	35-00
200	Чай русский (карамель) сахар, чай	ККАЛ-38, У-9	2-00
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-466, Б-15, Ж-11, У-74	50-00
<u>обед</u>			
260	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10 капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль, лавровый лист	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-17	24-00
100	Биточки рыбные Диетические с соусом 80/30 минтай б. - потрохи, куриный бульон, гречка, хлеб пшеничный (гречка), сухари панировочные, масло сливочное крестьянское 72,5 %, морковь, мука, томат-паста, соль, масло растительное, лук репка, сахар	ККАЛ-243, Б-15, Ж-11, У-15	48-00
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	Компот Десертный смесь ягодная ж-ч, сахар, лимонная кислота	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за обед		ККАЛ-856, Б-31, Ж-24, У-128	151-00
<u>полдник</u>			
60	Булочка дорожная 60 мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, масло растительное, орехи ж-ч	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	20-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-457, Б-9, Ж-12, У-77	50-00

Директор
МБОУ СОШ № 16
Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.

Каталужер
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	8-00
110	Птица тушеная в соусе 60/50 (курица) кури, грудка, сметана 15%, томат-паста, мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-128, Б-11, Ж-8, У-4	80-00
180	Каша гречневая рассыпчатая гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	19-00
200	Кофейный напиток на молоке сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	15-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	9-00
30	Хлеб ржаноый	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-662, Б-28, Ж-19, У-94	135-00
обед			
30	Салат из свеклы свекла, масло растительное, соль	ККАЛ-37, Ж-3, У-2	5-00
100	Биточки рыбные Диетические с соусом 80/30 минтай б - филе, кури, грудка, хлеб пшеничный (ржаноый), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, морковь, мука, томат-паста, соль, масло растительное, лук репка, сахар	ККАЛ-243, Б-15, Ж-11, У-15	48-00
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 абрикосовый	ККАЛ-106, У-25	28-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
50	Хлеб ржаноый	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	6-00
Итого за обед		ККАЛ-795, Б-28, Ж-20, У-118	135-00
полдник			
75	Булочка Дорожная мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, дрожжи сух., масло растительное	ККАЛ-312, Б-10, Ж-13, У-41	26-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	22-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-475, Б-16, Ж-20, У-60	65-00

