

меню (Раздача 7 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
раздача			
50	Салат Капуста с Морковью <i>капуста белокачанная свежая, морковь свежая, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-59, Б-1, Ж-5, У-3	35-00
50	Салат София (яйцо, овощи) <i>лук репка, морковь свежая, куры-филе, яйцо, огурцы консервированные, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий</i>	ККАЛ-78, Б-3, Ж-6, У-3	35-00
50	Салат Мимоза (рыба, яйцо, сыр, овощи) <i>консерва сайры в/м, морковь свежая, яйцо, лук репка, масло растительное, сыр твердый (типа российский), соль йодированная</i>	ККАЛ-130, Б-5, Ж-12, У-1	45-00
200/10	Борщ Сибирский с фрикадельками, сметаной. <i>свекла свежая, говядина п/ф, лук репка, капуста белокачанная свежая, сметана 15%, картофель св, морковь свежая, фасоль, томат-паста, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, яйцо, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-136, Б-8, Ж-7, У-13	50-00
100	Бефстроганов с курицей <i>куры-филе, лук репка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-155, Б-11, Ж-11, У-18	80-00
80	Котлета татарская (куры, свинина) <i>свинина мясная нежирная п/ф, куры-филе, лук репка, мука в/с, хлеб белый нарезной, яйцо, соль йодированная</i>	ККАЛ-177, Б-13, Ж-9, У-10	75-00
70	Рыба - филе в сметане <i>минтай филе, сметана 15%, морковь св, лук репка, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-54, Б-9, Ж-2, У-1	80-00
100	Печень по - строгановски. <i>печень мясная, сметана 15%, лук репка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-146, Б-14, Ж-8, У-4	80-00
150	Макароны отварные (регатоны) <i>макароны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	25-00
150	Картофель тушеный <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-126, Б-3, Ж-4, У-19	40-00
100	Блинчики <i>мука в/с, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-222, Б-8, Ж-6, У-34	40-00
200	Чай пакетик с сахаром <i>сахар-песок, чай пакет 2 гр.</i>	ККАЛ-60, У-15	10-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	30-00
20/30	Хлеб пшеничный + ржаной <i>хлеб белый нарезной, хлеб ржаной</i>	ККАЛ-124, Б-4, Ж-1, У-23	12-00

Итого за раздача ККАЛ-1 740, Б-85, Ж-75, У-197

637-00

Итого за день ККАЛ-1 740, Б-85, Ж-75, У-197

637-00

Директор
МБОУ СОШ №

Директор ООО
Школьное
Питание

Фарвазтденова
М. И.

Калькулятор

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
25	Сыр в нарезке	ККАЛ-86, Б-7, Ж-7	29-00
210	Каша пшениная молочная с маслом пшено илифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-195, Б-4, Ж-8, У-27	37-00
80	Запеканка из творога с изюмом, повидлом творог свежий 9%, повидло фруктовое, сахар-песок, манка, сметана 15%, яйцо, изюм, соль йодированная, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, ванилин	ККАЛ-167, Б-8, Ж-7, У-17	50-00
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-85, Б-1, У-20	6-00
50	Батон белый	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-726, Б-26, Ж-23, У-100	135-00
<u>обед</u>			
110	Печень тушеная в молочном соусе печень мясная, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная	ККАЛ-178, Б-21, Ж-12, У-10	84-00
180	Макароны отварные (рожки) макароны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-225, Б-6, Ж-5, У-39	25-00
200	Напиток из вишни, сухофруктов вишня св/мор, сахар-песок, сухофрукты, лимонная кислота	ККАЛ-67, У-16	12-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	5-00
Итого за обед		ККАЛ-702, Б-35, Ж-18, У-112	135-00
Итого за день		ККАЛ-1 428, Б-61, Ж-41, У-212	270-00

Директор
МБОУ СОШДиректор ООО
Школьное
ПитаниеФарвазденова
М. И.

Калькулятор

меню (7-11 лет БП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	14-00
155	Каша пшениная молочная с маслом пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-144, Б-3, Ж-6, У-20	28-00
75	Запеканка из творога с изюмом, повидлом творог свежий 9%, повидло фруктовое, сахар-песок, манка, сметана 15%, яйцо, изюм, соль йодированная, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, ванилин	ККАЛ-157, Б-8, Ж-6, У-16	47-00
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-85, Б-1, У-20	6-00
40	Батон белый	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-567, Б-19, Ж-16, У-84	104-00
<u>обед</u>			
90	Печень тушеная в соусе молочном печень мясная, сметана 15%, мука в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-151, Б-8, Ж-9, У-11	67-00
150	Макароны отварные (рожки) макароны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	21-00
200	Напиток вишневый вишня сухая, сахар-песок	ККАЛ-100, Б-1, У-23	7-00
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-607, Б-20, Ж-13, У-102	104-00
Итого за день		ККАЛ-1 174, Б-39, Ж-29, У-186	208-00

Директор
МБОУ СОШДиректор ООО
Школьное
ПитаниеФарвазтденова
М.И.

Калькулятор

меню (ДИ,ОВЗ 7-11лет (1 см))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

завтрак

180	Каша пшенная молочная с маслом пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-167, Б-3, Ж-7, У-23	30-00
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-85, Б-1, У-20	6-00
40	Батон белый	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-399, Б-8, Ж-8, У-71	46-00

обед

210	Борщ с картофелем, капустой свекла свежая, картофель св, капуста белокачанная свежая, лук репка, морковь свежая, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка), лимонная кислота	ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18	25-00
90	Печень тушеная в молочном соусе печень мясная, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная	ККАЛ-146, Б-17, Ж-10, У-8	69-00
150	Макароны отварные (рожки) макароны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	21-00
200	Напиток вишневый вишня сухая, сахар-песок	ККАЛ-100, Б-1, У-23	7-00
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-712, Б-31, Ж-20, У-117	132-00
Итого за день		ККАЛ-1 111, Б-39, Ж-28, У-188	178-00

Директор
МБОУ СОШДиректор ООО
Школьное
ПитаниеФарвазтденова
М. И.

Калькулятор

меню (ДИ, ОВЗс12лет1 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

завтрак

200	Каша пшенная молочная с маслом пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-186, Б-4, Ж-7, У-26	35-00
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-85, Б-1, У-20	6-00
50	Батон белый	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-464, Б-11, Ж-8, У-82	54-00

обед

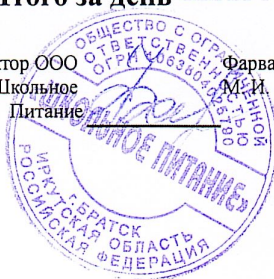
260	Борщ с картофелем, капустой свекла свежая, картофель св, капуста белокачанная свежая, лук репка, морковь свежая, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка), лимонная кислота	ККАЛ-136, Б-2, Ж-7, У-22	31-00
100	Печень тушеная в молочном соусе печень мясная, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная	ККАЛ-162, Б-19, Ж-11, У-9	70-00
180	Макароны отварные (рожки) макароны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-225, Б-6, Ж-5, У-39	25-00
200	Напиток вишневый вишня сухая, сахар-песок	ККАЛ-100, Б-1, У-23	7-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-68, Б-3, У-13	5-00
Итого за обед		ККАЛ-855, Б-36, Ж-24, У-140	147-00
Итого за день		ККАЛ-1 319, Б-47, Ж-32, У-222	201-00

Директор
МБОУ СОШДиректор ООО
Школьное
ПитаниеФарвазденова
М.И.

Калькулятор

меню (ДИ, ОВЗс12 лет 2 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
260	Бориц с картофелем, капустой свекла свежая, картофель св, капуста белокачанная свежая, лук репка, морковь свежая, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка), лимонная кислота	ККАЛ-136, Б-2, Ж-7, У-22	31-00
110	Печень тушеная в молочном соусе печень мясная, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная	ККАЛ-178, Б-21, Ж-12, У-10	84-00
180	Макароны отварные (спираль) макароны (спираль), масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-228, Б-6, Ж-9, У-29	25-00
200	Напиток вишневый вишня сухая, сахар-песок	ККАЛ-100, Б-1, У-23	7-00
30	Хлеб пшеничный	ККАЛ-70, Б-2, У-15	4-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за обед		ККАЛ-763, Б-34, Ж-28, У-109	155-00
<u>полдник</u>			
200	Молоко свежее	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	33-00
50	Пряники покупные	ККАЛ-150, Б-3, Ж-2, У-20	13-00
Итого за полдник		ККАЛ-268, Б-9, Ж-8, У-29	46-00
Итого за день		ККАЛ-1 031, Б-43, Ж-36, У-138	201-00

Директор
МБОУ СОШДиректор ООО
Школьное
ПитаниеФарвазтденова
М.И.

Калькулятор

меню (ДИ, ОВЗ 7-11 лет (2 см))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

обед

210 **Борщ с картофелем, капустой** ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18 **25-00**

свекла свежая, картофель св, капуста белокачанная свежая, лук репка, морковь свежая, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка), лимонная кислота

90 **Печень тушеная в соусе молочном** ККАЛ-151, Б-8, Ж-9, У-11 **69-00**

печень мясная, сметана 15%, мука в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)

150 **Макароны отварные (рожки)** ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33 **21-00**

макароны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная

200 **Напиток вишневый** ККАЛ-100, Б-1, У-23 **7-00**

вишня сухая, сахар-песок

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-717, Б-22, Ж-19, У-120 **132-00**

полдник

200 **Молоко свежее** ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9 **33-00**

50 **Пряники покупные** ККАЛ-150, Б-3, Ж-2, У-20 **13-00**

Итого за полдник ККАЛ-268, Б-9, Ж-8, У-29 **46-00**

Итого за день ККАЛ-985, Б-31, Ж-27, У-149 **178-00**

Директор
МБОУ СОШ



Директор ООО
Школьное
Питание



Фарвазденова
М. И.

Калькулятор

[Handwritten signature]