

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 Заря (овоци, яйцо) <i>огурцы свежие, масло растительное, морковь свежая, яйцо, лук репка, кукуруза консервированная, соль йодированная</i>	ККАЛ-104, Б-1, Ж-10, У-2	35-00
50	Салат Горошек <i>яйцо, горошек зеленый консервир., масло растительное, лук репка, соль йодированная</i>	ККАЛ-125, Б-3, Ж-12, У-1	35-00
50	Салат Киевский (куры, яйцо, овощи) <i>картофель св. масло растительное, кури-филе, огурцы свежие, яйцо, горошек зеленый консервир., соль йодированная</i>	ККАЛ-125, Б-3, Ж-11, У-3	50-00
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>кури-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
100	Зразы с луком, яйцом <i>лук репка, свинина мясная нежирная п/ф, говядина п/ф, яйцо, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-311, Б-14, Ж-21, У-13	80-00
60	Рыба с сыром <i>горбуша потрош с/г, сыр твердый (типа российский), сметана 15%, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-118, Б-11, Ж-8, У-2	75-00
150	Макароны отварные (рожки) <i>макароны (рожки), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	25-00
150	Гарнир Рис отварной с зеленью <i>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-177, Б-1, Ж-2, У-33	30-00
200	Чай пакетик с сахаром <i>сахар-песок, чай пакет 2 гр.</i>	ККАЛ-60, У-15	10-00
80	Блинчики <i>мука в/с, молоко сухое 25%, яйцо, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-178, Б-7, Ж-5, У-27	50-00
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-1 801, Б-68, Ж-92, У-183	532-00
Итого за день		ККАЛ-1 801, Б-68, Ж-92, У-183	532-00

Директор
МБОУ СОШДиректор
Школьное
управлениеФарвазтенова
М.И.

Калькулятор

меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	Каша геркулес молочная с маслом <i>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-215, Б-6, Ж-8, У-27	35-00
100	Омлет с маслом <i>яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-195, Б-10, Ж-16, У-2	57-00
200	Какао с молоком <i>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</i>	ККАЛ-134, Б-4, Ж-3, У-23	16-00
50	Батон белый	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
36	Мармелад	ККАЛ-59, У-15	16-00
Итого за завтрак		ККАЛ-796, Б-26, Ж-28, У-103	135-00
обед			
90/30	Ежики куриные с соусом <i>куры грудка, рис, лук репка, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-202, Б-17, Ж-7, У-13	61-00
180	Картофель отварной с маслом <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-161, Б-3, Ж-5, У-27	36-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
50	Хлеб ржаной.	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	5-00
Итого за обед		ККАЛ-697, Б-29, Ж-14, У-111	135-00
Итого за день		ККАЛ-1 493, Б-55, Ж-42, У-214	270-00

Директор
МБОУ СОШ



Директор
Школьного
Питания



Фарвазденова
М.И.

Калькулятор

Handwritten signature

меню (7-11 летБП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	Каша геркулес молочная с маслом <i>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-215, Б-6, Ж-8, У-27	35-00
54	Яйцо вареное	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	28-00
200	Какао с молоком <i>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</i>	ККАЛ-134, Б-4, Ж-3, У-23	16-00
40	Батон белый	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
36	Мармелад	ККАЛ-59, У-15	16-00
Итого за завтрак		ККАЛ-631, Б-20, Ж-17, У-93	104-00
обед			
70/30	Ежики куриные с соусом <i>куры грудка, рис, лук репка, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-168, Б-14, Ж-6, У-10	41-00
150	Картофель отварной с маслом <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-134, Б-3, Ж-4, У-22	30-00
200	Сок фруктовый(мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	5-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-555, Б-24, Ж-10, У-87	104-00
Итого за день		ККАЛ-1 186, Б-44, Ж-27, У-180	208-00

Директор
МБОУ СОШДиректор ООО
Школьное
ПитаниеФарвазденова
М.И.

Калькулятор

меню (ДИ, ОВЗ 7-11 лет (1 см))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
180	Каша геркулес молочная с маслом геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-193, Б-6, Ж-7, У-24	31-00
200	Чай Русский сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-41, У-10	3-00
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-381, Б-10, Ж-8, У-62	44-00
обед			
210	Щи из св. капусты с картофелем капуста белокочанная свежая, картофель св. морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-109, Б-2, Ж-6, У-17	28-00
90	Ежики куриные с соусом куры грудка, рис, лук репка, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-151, Б-12, Ж-5, У-9	41-00
150	Картофель отварной с маслом картофель св. масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-134, Б-3, Ж-4, У-22	30-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
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-647, Б-24, Ж-15, У-103	134-00
Итого за день		ККАЛ-1 028, Б-34, Ж-23, У-165	178-00

Директор
МБОУ СОШДиректор ОО
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)
<u>завтрак</u>			
170	Каша геркулес молочная с маслом <i>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-183, Б-6, Ж-7, У-23	25-00
200	Чай Русский <i>сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-41, У-10	3-00
30	Батон белый	ККАЛ-85, Б-2, Ж-1, У-15	5-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-360, Б-10, Ж-8, У-58	37-00
<u>обед</u>			
260	Щи из св. капусты с картофелем <i>капуста белокачанная свежая, картофель св. морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-135, Б-2, Ж-7, У-21	34-00
120	Ежики куринные с соусом <i>куры грудка, рис, лук репка, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-202, Б-17, Ж-7, У-13	61-00
180	Картофель отварной с маслом <i>картофель св. масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-161, Б-3, Ж-5, У-27	36-00
200	Сок фруктовый(мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
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-704, Б-27, Ж-19, У-106	164-00
Итого за день		ККАЛ-1 064, Б-37, Ж-27, У-164	201-00

Директор
МБОУ СОШДиректор МБОУ
Школьное
Питание

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	Щи из св. капусты с картофелем капуста белокочанная свежая, картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-135, Б-2, Ж-7, У-21	35-00
120	Ежики куринные с соусом куры грудка, рис, лук репка, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-202, Б-17, Ж-7, У-13	61-00
180	Картофель отварной с маслом картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-161, Б-3, Ж-5, У-27	36-00
200	Сок фруктовый(мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
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-704, Б-27, Ж-19, У-106	165-00
<u>полдник</u>			
200	Кефир	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	20-00
50	Булочка Ванильная мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная, дрожжи сух, ванилин	ККАЛ-164, Б-4, Ж-4, У-29	16-00
Итого за полдник		ККАЛ-264, Б-10, Ж-9, У-37	36-00
Итого за день		ККАЛ-968, Б-37, Ж-28, У-143	201-00

Директор
МБОУ СОШДиректор ООО
Школьное
ПитаниеФарвазденова
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)
<u>обед</u>			
210	Щи из св. капусты с картофелем капуста белокочанная свежая, картофель св, морковь свежая, лук репка, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-109, Б-2, Ж-6, У-17	28-00
90	Ежики куриные с соусом куры грудка, рис, лук репка, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-151, Б-12, Ж-5, У-9	41-00
150	Картофель отварной с маслом картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-134, Б-3, Ж-4, У-22	30-00
200	Сок фруктовый(мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
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-647, Б-24, Ж-15, У-103	134-00
<u>полдник</u>			
200	Кефир	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	20-00
50	Булочка Домашняя мука в/с, сахар-песок, масло сливочное, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух	ККАЛ-152, Б-5, Ж-11, У-36	24-00
Итого за полдник		ККАЛ-252, Б-11, Ж-16, У-44	44-00
Итого за день		ККАЛ-899, Б-35, Ж-31, У-147	178-00

Директор
МБОУ СОШ



Директор ООО
«Средняя
Муниципальная
Образовательная
Городская Школа»



Фарвазденова
М. И.

Калькулятор

Handwritten signature