

23.04.2021

Меню (1 смена 7-10 лет.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак 75		11
10	Масло сливочное (порциями)	ККАЛ-44, Ж-5	14-1
13	Сыр (порциями)	ККАЛ-36, Б-3, Ж-3	29-53
265/10	Каша манная молочная с маслом.....	ККАЛ-342, Б-9, Ж-13, У-49	7-22
200	Чай с молоком.	ККАЛ-86, Б-2, Ж-2, У-17	6-11
40/20	Батоны нарезные(нарезанные)+ хлеб ржаной(нарезанный)	ККАЛ-71, Б-2, Ж-1, У-15	6-99
27	Мармелад	ККАЛ-18, У-4	75
	Итого за Завтрак 75	ККАЛ-597, Б-16, Ж-23, У-87	75
	Итого за	ККАЛ-597, Б-16, Ж-23, У-87	75

МБОУ СОШ



ИПТ Галова И.В.

ИПТ Галова И.В.

23.04.2021

Меню (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед 75		54-63
60	Котлета по-Хлыновски.	ККАЛ-135, Б-8, Ж-9, У-7	12-24
140	Макаронные изделия отварные (розки)	ККАЛ-170, Б-5, Ж-4, У-34	4-77
200	Чай вишневый	ККАЛ-71, У-18	3-36
40	Хлеб пшеничный белый нарезанный	ККАЛ-45, Б-2, У-10	75
	Итого за Обед 75	ККАЛ-421, Б-15, Ж-13, У-69	75
	Итого за	ККАЛ-421, Б-15, Ж-13, У-69	75

МБОУ СОШ



ИПТ Галова И.В.

ИПТ Галова И.В.



23.04.20

И.В. Галина

Меню (Льготное питание 11-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
70	Котлета по-Хлыновски. <i>Говядина п.ф., Картофель св., Лук репка, Яйцо, Сухари панциров., Масло сливочное М, Соль йодированная</i>	ККАЛ-157, Б-10, Ж-11, У-8	63-47
150	Макароны отварные с овощами (ракушки) <i>Макароны ракушка, Масло сливочное М, Лук репка, Морковь св., Зелень сухая</i>	ККАЛ-314, Б-8, Ж-11, У-54	17-69
200	Компот из вишни (свеж. морож) <i>Ягоды вишня(свеж.морож), Сахар, Вода</i>	ККАЛ-95, У-24	14-42
40/40	Хлеб пшеничный + ржаной(резанный) <i>Хлеб белый резанный, Хлеб ржаной(нарезанный)</i>	ККАЛ-163, Б-6, Ж-1, У-34	6-42
Итого за обед		ККАЛ-729, Б-24, Ж-23, У-121	102
Итого за		ККАЛ-729, Б-24, Ж-23, У-121	102

МБОУ СОШ № 45



ИП Галина И.В.





Меню (Раздача..)

Высота (г)	Наименование блюда	тж. щем. (жккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	<i>обед..</i>		
100/50	Рыба под маринадом (минтай) <i>Филе минтай, Мука, Соль йодированная, Масло растительное, Морковь св., Лук репчат., Томат-паста, Масло сливочное М</i>	ККАЛ-90, Б-1, Ж-7, У-6	51
100	Салат Свекла, зеленый горошек <i>Свекла св., Горошек зеленый, Масло растительное, Соль йодированная</i>	ККАЛ-124, Б-2, Ж-10, У-8	13
80/25	Борщ из св.капусты, картоф. говядина-тушенка <i>Свекла св., Картофель св., Капуста св., Морковь св., Лук репчат., Томат-паста, Масло сливочное М, Сахар, Вода, Лук репчат., Соль йодированная, Заправочный лист, Голландия-трикотаж</i>	ККАЛ-151, Б-6, Ж-8, У-16	39
75	Шницель из филе птицы <i>Филе филе, Хлеб белый, Вода (без железа), Сахар, Сахарозаменитель, Масло сливочное М, Соль йодированная, Масло сливочное М</i>	ККАЛ-173, Б-11, Ж-12, У-6	51
80	Котлета Невская из рыбы (филе минтая).. <i>Филе минтай, Картофель св., Соль йодированная, Яйцо, Сметана 10%, Масло растительное</i>	ККАЛ-41, Б-2, Ж-2, У-4	50
75	Филе птицы в яйце <i>Филе филе, Соль йодированная, Мука, Масло сливочное М, Яйцо</i>	ККАЛ-346, Б-22, Ж-23, У-6	68
60	Биточки домашние <i>Голландия и флюидотек, Сметана н.ф., Лук репчат., Сахар, Сахарозаменитель, Яйцо, Хлеб н.ф., Вода, Соль йодированная, Зефир, Масло сливочное М</i>	ККАЛ-142, Б-7, Ж-12, У-3	44
50/150	Плов с мясом (свинина).. <i>Свинина н.ф., Рис, Масло сливочное М, Лук репчат., Морковь св., Томат-паста, Вода, Соль йодированная</i>	ККАЛ-436, Б-13, Ж-24, У-42	73
70/5	Голубцы ленивые с маслом <i>Голландия н.ф., Рис н.ф., Лук репчат., Масло сливочное М, Капуста св., Соль йодированная</i>	ККАЛ-115, Б-5, Ж-8, У-6	37
60	Котлета по-Хлыновски. <i>Голландия н.ф., Картофель св., Лук репчат., Яйцо, Сахар, Сахарозаменитель, Масло сливочное М, Соль йодированная</i>	ККАЛ-135, Б-8, Ж-9, У-7	55
150	Картофель отварной <i>Картофель св., Соль йодированная, Масло сливочное М</i>	ККАЛ-316, Б-5, Ж-15, У-44	26
150	Макаронь отварные (рошки) <i>Макаронь, рошки, Масло сливочное М, Соль йодированная</i>	ККАЛ-182, Б-5, Ж-4, У-36	14
150	Горошница - пюре <i>Горох струч., Вода, Лук репчат., Морковь св., Масло сливочное М</i>	ККАЛ-143, Б-9, Ж-5, У-24	13
100	Сосиска в тесте <i>Мука, Сахар, Масло растительное, Яйцо, Масло сливочное М, Дрожжи сух., Вода (без железа), Сосиски мясные</i>	ККАЛ-262, Б-10, Ж-13, У-29	40
75	Пирожок с картофелем <i>Мука, Масло сливочное М, Сахар, Яйцо, Масло сливочное М, Дрожжи сух., Картофель св., Лук репчат., Масло растительное, Вода (без железа)</i>	ККАЛ-198, Б-5, Ж-6, У-33	19
75	Булочка с повидлом <i>Мука, Масло сливочное М, Сахар, Дрожжи сух., Повидло, Масло растительное</i>	ККАЛ-227, Б-5, Ж-5, У-43	15
200	Сок Тропик с трубочкой	ККАЛ-100, У-20	18
200	Чай Гришфило с сахаром..	ККАЛ-58, У-15	6
	Итого за обед..	ККАЛ-3 258, Б-117, Ж-162, У-349	632
	Итого за ..	ККАЛ-3 258, Б-117, Ж-162, У-349	632



ИПТ ГИИИ И.В. *Таранова*