



Меню на 01 марта 2021г.

Стоимость: 75 рублей

# Меню

ИП Галина И.В.

01.03.2021

## Меню (1 смена.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак 75</b>			
10	<b>Масло сливочное (порциями)</b>	ККАЛ-44, Ж-5	11
20	<b>Сыр (порциями)</b>	ККАЛ-48, Б-4, Ж-4	18-86
240/10	<b>Каша рисовая молочная с маелом.</b>	ККАЛ-328, Б-7, Ж-12, У-44	31-79
<small>Рис, Сахар, Вода, Соль йодированная, Молоко сухое 25%, Масло сливочное М</small>			
200	<b>Чай с молоком.</b>	ККАЛ-86, Б-2, Ж-2, У-17	7-24
<small>Чай, Вода, Сахар, Молоко сухое 25%</small>			
<b>Батоны</b>			
40/20	<b>нарезные(нарезанные)+ хлеб ржаной(нарезанный)</b>	ККАЛ-71, Б-2, Ж-1, У-15	6-11
<small>Батон нарезной(нарезанный), Хлеб ржаной(нарезанный)</small>			
<b>Итого за Завтрак 75</b>		ККАЛ-578, Б-15, Ж-22, У-77	75
<b>Итого за</b>		ККАЛ-578, Б-15, Ж-22, У-77	75

МБОУ СОШ \_\_\_\_\_

ИП Галина И.В.

ИП Галина И.В.

01.03.2021

## Меню (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед 75</b>			
60	<b>Котлета из говядины ..</b>	ККАЛ-139, Б-9, Ж-9, У-7	47-17
<small>Говядина п. ф/запечка, Хлеб п. ф., Сушари паниров., Соль йодированная, Молоко сухое 25%, Лук репка, Вода (для запекания), Масло сливочное М</small>			
150	<b>Макароньы отварные (спираль)</b>	ККАЛ-182, Б-5, Ж-4, У-36	13-27
<small>Макароньы спираль, Масло сливочное М, Соль йодированная</small>			
200	<b>Напиток из изюма (белый)</b>	ККАЛ-76, У-20	11-2
<small>Изюм белый, Сахар, Вода, Лимонная кислота</small>			
40	<b>Хлеб пшеничный белый резанный</b>	ККАЛ-45, Б-2, У-10	3-36
<b>Итого за Обед 75</b>		ККАЛ-442, Б-16, Ж-14, У-73	75
<b>Итого за</b>		ККАЛ-442, Б-16, Ж-14, У-73	75

МБОУ СОШ \_\_\_\_\_

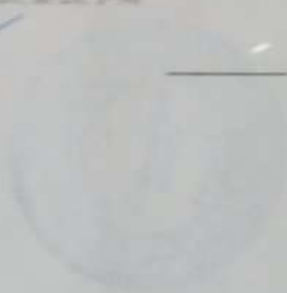
ИП Галина И.В.



Меню на 01 марта 2021г.  
Стоимость: 102 рублей

# Меню (Льготное питание 11-18 лет)

Наименование блюда	ж. лип. (г/100г), белки (г), углеводы (г), клетчатка (г), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>		
<b>Колбаски детские</b> <small>Свиные и куриные, Свиные и ф. Лу. репчат. лук, Соль, консерванты, Спец. Масло сливочное</small>	ККАЛ-260, Б-14, Ж-20, У-7	72
<b>Макаронные отварные (спираль)</b> <small>Макаронные отварные, Масло сливочное М Соль консерванты</small>	ККАЛ-180, Б-5, Ж-4, У-30	13-91
<b>Напиток из изюма (белый)</b> <small>Изюм белый, Сахар, Вода, Лимонная кислота</small>	ККАЛ-76, У-20	11-2
<b>Хлеб пшеничный + ржаной(резанный)</b> <small>Хлеб белый резанный, Хлеб ржаной(резанный)</small>	ККАЛ-162, Б-6, Ж-1, У-34	4-89
<b>Итого за обед</b>	ККАЛ-687, Б-26, Ж-26, У-68	102
	ККАЛ-687, Б-26, Ж-26, У-68	102



01.03.2021

ИП Галкина И.В.

## Меню (Раздача..)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	<u>обед..</u>		
100	<b>Салат из свеклы с маслом</b> <i>Свекла сы. Масло растительное</i>	ККАЛ-83, Б-2, Ж-5, У-9	6
100	<b>Салат из свежих овощей</b> <i>Огурцы сы. Петрушка сы. Масло растительное</i>	ККАЛ-107, Б-1, Ж-10, У-4	42
250/25	<b>Щи из св. капусты с говядиной-тушенка</b> <i>Картофель сы. Капуста сы. Морковь сы. Лук репчат. Масло сливочное М. Вода. Тушенка-тушенка. Соль йодированная</i>	ККАЛ-130, Б-6, Ж-8, У-10	35
60	<b>Котлета из говядины ..</b> <i>Говядина и фрикадельки, хлеб п.ф. Сухари пшенич. Соль йодированная. Масло сливочное 25%, Лук репчат. Вода (для мясного соуса). Масло сливочное М.</i>	ККАЛ-139, Б-9, Ж-9, У-7	47
75	<b>Биточки из филе птицы ..</b> <i>Кури филе, хлеб п.ф. Вода (для мясного соуса). Сухари пшенич. Масло сливочное М. Соль йодированная. Масло сливочное 25%</i>	ККАЛ-189, Б-12, Ж-13, У-8	46
80	<b>Рыба в яйце (минтай)</b> <i>ФИЛЕ МИНТАЙ, Мука, Яйцо. Соль йодированная. Масло сливочное М.</i>	ККАЛ-197, Б-18, Ж-11, У-7	64
50/150	<b>Жаркое из мяса(свинина).</b> <i>Свинина и ф. Картофель сы. Лук репчат. Масло сливочное М. Телятина-паста. Соль йодированная</i>	ККАЛ-261, Б-9, Ж-17, У-18	67
50/50	<b>Печень по - строгановски</b> <i>Печень свиная. Масло сливочное М. Сметана 15%. Вода. Мука. Телятина-паста. Соль йодированная</i>	ККАЛ-130, Б-13, Ж-7, У-2	53
150	<b>Макаронные отварные (спираль)</b> <i>Макаронные спираль. Масло сливочное М. Соль йодированная</i>	ККАЛ-182, Б-5, Ж-4, У-36	14
150	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая ..</b> <i>Вода. Гречка. Соль йодированная. Масло сливочное М.</i>	ККАЛ-231, Б-82, Ж-88, У-560	15
150	<b>Рагу овощное</b> <i>Картофель сы. Морковь сы. Капуста сы. Лук репчат. Масло сливочное 25%. Вода (для мясного соуса). Масло сливочное М. Соль йодированная. Лавровый лист. Рыбачья соль. Баклажаны свежие. Перец</i>	ККАЛ-195, Б-3, Ж-4, У-13	34
150	<b>Горошиница - пюре</b> <i>Горох сырой. Вода. Лук репчат. Морковь сы. Масло сливочное М.</i>	ККАЛ-163, Б-9, Ж-5, У-24	11
75	<b>Булочка с маком..</b> <i>Мука. Сахар. Масло сливочное М. Яйцо куриное. Соль йодированная. Дрожжи сух. Масло растительное. Сахарная пудра</i>	ККАЛ-2	11
75	<b>Пирожок с картофелем</b> <i>Мука. Масло сливочное М. Сахар. Яйцо. Молоко сливочное 25%. Дрожжи сух. Картофель сы. Лук репчат. Масло растительное. Вода (для мясного соуса)</i>	ККАЛ-198, Б-5, Ж-6, У-33	18
100	<b>Сосиска в тесте</b> <i>Мука. Сахар. Масло растительное. Яйцо. Молоко сливочное 25%. Дрожжи сух. Вода (для мясного соуса). Сосиски мясные</i>	ККАЛ-262, Б-10, Ж-13, У-29	40
100	<b>Пицца с колб. изделиями..</b> <i>Мука. Молоко сливочное 25%. Яйцо. Сахар. Дрожжи сух. Колбаса вареная. Телятина-паста. Масло сливочное М. Сметана 15%. Сыр варшавский (полутвердый). Масло растительное. Вода. Ветчина</i>	ККАЛ-302, Б-10, Ж-15, У-34	44
200	<b>Чай Гринфилд с сахаром..</b> <i>Чай Гринфилд 2гр. Вода. Сахар</i>	ККАЛ-58, У-15	6
200	<b>Сок Тропик с трубочкой</b> <i>ККАЛ-100, У-20</i>		18
	<b>Итого за обед..</b>	<b>ККАЛ-2929, Б-194, Ж-215, У-829</b>	<b>571</b>
	<b>Итого за ..</b>	<b>ККАЛ-2929, Б-194, Ж-215, У-829</b>	<b>571</b>

ИП Галкина И.В.

ИП Галкина И.В.

