



Меню

ИП Галкина И.В.

06.04.2021

Меню (1 смена 7-10 лет.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 75</u>			
15	Сыр (порциями)	ККАЛ-36, Б-3, Ж-3	14-15
105/20	Запеканка из творога со сгущен. молоком.... <small>Творог свежий Манго, Сахар, Ябло, Масло сливочное М, Сухари панировк., Сметана 15%, Соль водопроводная, Ванилин Молочно сгущенное с-с</small>	ККАЛ-359, Б-20, Ж-15, У-36	53-46
200	Чай с сахаром <small>Чай, Вода, Сахар</small>	ККАЛ-34, У-9	2-42
30/20	Батон нарезной+хлеб ржаной(резанный).. <small>Батон нарезной (нарезанный), Хлеб ржаной(нарезанный)</small>	ККАЛ-71, Б-2, Ж-1, У-15	4-97
Итого за Завтрак 75			75
Итого за Обед 75			75

МБОУ СОШ

ИП Галкина И.В.



ИП Галкина И.В.

06.04.2021

Меню (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед 75</u>			
60/50	Фрикадельки в соусе.(говядина+ свинина). <small>Говядина п.ф., Свинина п.ф., Хлеб Белый., Масло сливочное 25%, Вода (для маки), Лук репчат., Мука, Масло сливочное М, Вода, Соль водопроводная, Сахар</small>	ККАЛ-165, Б-8, Ж-11, У-11	47-12
145	Картофельное пюре... <small>Картофель се, Масло сливочное М, Молоко сгущенное 25%, Вода (для маки), Соль водопроводная</small>	ККАЛ-131, Б-3, Ж-3, У-25	17-56
200	Компот из кураги (контрольная разработка) <small>Кураги, Сахар, Вода</small>	ККАЛ-131, У-31	6-96
40	Хлеб пшеничный белый резанный	ККАЛ-45, Б-2, Ж-1, У-10	3-36
Итого за Обед 75			75
Итого за Завтрак 75			75

МБОУ СОШ

ИП Галкина И.В.



06.04.2021

ИП Галина И.В.

Меню (Льготное питание 11-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>обед</i>			
50/50	Мясо тушеное (говядина) <i>Говядина л. филопатка, Масло сливочное М, Морковь св, Лук репка, Томат-паста, Мука, Соль йодированная</i>	ККАЛ-6, Б-1	81-68
120	Картофельное пюре... <i>Картофель св, Масло сливочное М, Молоко сухое 25% Вода (для молока), Соль йодированная</i>	ККАЛ-108, Б-3, Ж-3, У-21	14-54
200	Чай с сахаром <i>Чай, Вода, Сахар</i>	ККАЛ-34, У-9	2-42
40	Хлеб пшеничный белый резанный	ККАЛ-45, Б-2, У-10	3-36
Итого за обед		ККАЛ-193, Б-5, Ж-3, У-40	102
Итого за		ККАЛ-193, Б-5, Ж-3, У-40	102

МБОУ СОШ

ИП Галина И.В.



45

Меню (Раздача..)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед..</u>			
100	Винегрет овощной <i>Свекла св. Картофель св. Морковь св. Горошек зеленый. Огурцы консервированные. Масло растительное</i>	ККАЛ-83, Б-2, Ж-5, У-8	19
100	Салат Греческий <i>Огурцы св. Помидоры св. Сыр сливочный (Покрова Алтай), Перец. Маслины, Соль йодированная. Масло растительное</i>	ККАЛ-226, Б-1, Ж-21, У-3	50
250/25	Рассольник домашний с говядина-тушенка <i>Капуста св. Картофель св. Морковь св. Лук репка. Огурцы консервированные. Масло сливочное М. Вода, Соль йодированная, Говядина-тушенка</i>	ККАЛ-148, Б-5, Ж-7, У-18	43
60	Биточки из говядины <i>Говядина п.ф. Хлеб п.ф. Сухари паниров. Лук репка. Молоко сухое 25%, Соль йодированная. Вода (для молока). Масло сливочное М.</i>	ККАЛ-199, Б-12, Ж-11, У-16	49
75	Котлета из филе птицы. <i>Куры филе. Хлеб п.ф. Вода (для молока). Сухари паниров. Масло сливочное М. Соль йодированная. Молоко сухое 25%</i>	ККАЛ-327, Б-20, Ж-20, У-20	47
80	Рыба(филе минтая) , припущенная в молоке <i>ФИЛЕ МИНТАЯ. Лук репка, Соль йодированная. Масло сливочное М. Молоко сухое 25%, Морковь св. Вода (для молока)</i>	ККАЛ-92, Б-21, Ж-1	62
50/150	Жаркое из мяса(свинина.). <i>Свинина п.ф. Картофель св. Лук репка. Масло сливочное М. Томат-паста. Соль йодированная</i>	ККАЛ-261, Б-9, Ж-17, У-18	66
75	Филе птицы в яйце <i>Куры филе. Соль йодированная. Мука. Масло сливочное М. Яйцо</i>	ККАЛ-346, Б-22, Ж-23, У-6	63
80	Котлета Невская из рыбы (филе минтая).. <i>ФИЛЕ МИНТАЯ. Картофель св. Соль йодированная. Яйцо. Сметана 15%. Масло растительное</i>	ККАЛ-41, Б-2, Ж-2, У-4	49
150	Картофельное пюре... <i>Картофель св. Масло сливочное М. Молоко сухое 25%. Вода (для молока). Соль йодированная</i>	ККАЛ-135, Б-3, Ж-3, У-26	18
150	Капуста тушеная <i>Капуста св. Морковь св. Лук репка. Масло сливочное М. Томат-паста. Мука. Сахар. Лавровый лист. Соль йодированная. Лимонная кислота</i>	ККАЛ-64, Б-2, Ж-2, У-10	24
150	Гарнир каша перловая рассыпчатая с овощами <i>Вода. Перловка. Масло сливочное М. Соль йодированная. Лук репка. Морковь св</i>	ККАЛ-189, Б-4, Ж-7, У-29	15
150	Макаронны отварные (вермишель) <i>Макаронны вермишель. Масло сливочное М. Соль йодированная</i>	ККАЛ-182, Б-5, Ж-4, У-36	14
100	Пицца с колбасными изделиями <i>Мука. Молоко сухое 25%. Яйцо. Сахар. Дрожжи сух. Колбаса вареная. Ветчина. Томат-паста. Масло сливочное М. Сметана 15%. Сыр сливочный (Покрова Алтай). Масло растительное. Вода</i>	ККАЛ-302, Б-10, Ж-15, У-34	44
100	Сосиска в тесте <i>Мука. Сахар. Масло растительное. Яйцо. Молоко сухое 25%. Дрожжи сух. Вода (для молока). Сосиски молочные</i>	ККАЛ-262, Б-10, Ж-13, У-29	40
75	Пирожок с картофелем <i>Мука. Масло сливочное М. Сахар. Яйцо. Молоко сухое 25%. Дрожжи сух. Картофель св. Лук репка. Масло растительное. Вода (для молока)</i>	ККАЛ-198, Б-5, Ж-6, У-33	16
200	Сок Тропик с трубочкой	ККАЛ-100, У-20	18
200	Чай Гринфилд с сахаром.. <i>Чай Гринфилд 2гр. Вода. Сахар</i>	ККАЛ-38, У-15	6
Итого за обед..		ККАЛ-3 212, Б-134, Ж-157, У-325	643
Итого за ..		ККАЛ-3 212, Б-134, Ж-157, У-325	643