

Меню

ИП Галина И.В.

07.04.2021

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>			
20	Сыр (порциями)	ККАЛ-48, Б-4, Ж-4	18-16
10	Масло сливочное (порциями)	ККАЛ-44, Ж-5	1
260/10	Каша пшеничная молочная с маслом..... <small>Пшеница, Вода, Сахар, Соль йодированная, Молоко сухое 25%, Вода (для молока), Масло сливочное М</small>	ККАЛ-276, Б-10, Ж-20, У-49	28-03
200	Кофейный напиток <small>Кофейный напиток, Сахар, Молоко сухое 23%, Вода (для молока)</small>	ККАЛ-126, Б-2, Ж-2, У-26	11
40/20	Батоны нарезные(нарезанные)+ хлеб ржаной(нарезанный) <small>Батоны нарезной (нарезанный), Хлеб ржаной(нарезанный)</small>	ККАЛ-71, Б-2, Ж-1, У-15	6-1
Итого за Завтрак 75			75
Итого за			75

МБОУ СОШ

ИП Галина И.В.



ИП Галина И.В.

07.04.2021

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>			
50/30	Рыба(филе минтая) тушеная с овощами)..... <small>ФИЛЕ МИНТАЯ, Листовой салат, Лук репчатый, Соль йодированная, Морковь св, Масло растительное, Лимонная кислота, Сахар</small>	ККАЛ-57, Б-13, Ж-1	42-72
125	Гарнир Рис отварной (рассыпчатый) <small>Рис ч.к, Масло сливочное М, Вода, Соль йодированная</small>	ККАЛ-180, Б-3, Ж-4, У-34	14-04
200	Компот из свежих яблок(свеж. зам) <small>Яблоки свежих сортов, Сахар, Вода</small>	ККАЛ-107, Б-2, У-28	14-88
40	Хлеб пшеничный белый резанный	ККАЛ-45, Б-2, У-10	3-36
Итого за Обед 75			75
Итого за			75

МБОУ СОШ

ИП Галина И.В.





07.04.2021

Меню (Льготное питание 11-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
75/50	Рыба(филе минтая) тушеная с овощами <small>ФИЛЕ МИНТАЯ, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Лук репчатый, Салат</small>	ККАЛ-57, Б-13, Ж-1	65-26
150	Гарнир Рис отварной (рассыпчатый) <small>Рис, Масло сливочное, Масло, Соль поваренная</small>	ККАЛ-216, Б-4, Ж-5, У-41	16-97
200	Компот из свежих яблок(свеж.зам) <small>Яблоко свежесмороженное, Сахар, Вода</small>	ККАЛ-107, Б-2, У-28	14-88
40/20	Хлеб пшеничный + ржаной(резанный...) <small>Хлеб белый резанный, Хлеб ржаной(резанный)</small>	ККАЛ-163, Б-6, Ж-1, У-34	4-89
Итого за обед		ККАЛ-547, Б-25, Ж-7, У-103	102
Итого за		ККАЛ-913, Б-25, Ж-7, У-103	102

МБОУ СОШ

ИПТ Главы И.В.





07.04.2021

Меню (Раздача..)

№	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	<i>обед..</i>		
60	Салат Степной (овощной) <i>Картофель св. Морковь св. Огурцы консервированные, Гириник зеленый, Масло растительное, Соль водированная</i>	ККАЛ-96, Б-2, Ж-6, У-9	21
60	Салат из свежих овощей <i>Огурцы св. Петруш. Полидыры св. Масло растительное</i>	ККАЛ-107, Б-1, Ж-10, У-4	33
6:25	Борщ с фасолью с говядиной-тушенка <i>Свиное св. Капуста св. Фасоль консервированная, Морковь св. Лук репка, Томат-паста, Масло сливочное М. Сахар. Вода. Зелень сухая. Соль водированная, Говядина-тушенка</i>	ККАЛ-152, Б-7, Ж-8, У-14	37
6:50	Тефтели из говядины (рисом)... <i>Говядина п.ф. Вода. Рис. Лук репка. Масло сливочное М. Соль водированная, Мука, Томат-паста, Морковь св. Сахар</i>	ККАЛ-199, Б-8, Ж-13, У-15	53
75	Шницель из филе птицы <i>Куры филе. Хлеб белый., Вода (для молока), Сахар паниров., Масло сливочное М. Соль водированная, Молоко сухое 25%</i>	ККАЛ-173, Б-11, Ж-12, У-6	47
80	Котлета нежная (филе птицы) ... <i>Куры филе. Хлеб панир., Сметана 15%, Сыр сливочный (Покрова Алтай), Яйцо, Соль водированная, Чеснок св</i>	ККАЛ-246, Б-19, Ж-18, У-5	60
75	Биточки" Мраморные (филе минтая) <i>ФИЛЕ МИНТАЯ, Капуста морская консерва, Яйцо, Лук репка, Хлеб белый., Молоко сухое 25%, Сахар паниров., Соль водированная, Масло сливочное М. Вода (для молока)</i>	ККАЛ-44, Б-3, Ж-2, У-3	41
95	Рыба (филе минтая) запеченая под омлетом <i>ФИЛЕ МИНТАЯ, Мука, Масло растительное, Яйцо, Молоко сухое 25%, Вода (для молока), Соль водированная</i>	ККАЛ-192, Б-21, Ж-11, У-3	65
60	Биточки домашние <i>Говядина п.ф. Свиное п.ф. Лук репка. Сахар паниров., Яйцо, Хлеб п.ф. Вода, Соль водированная, Зелень сухая, Масло сливочное М.</i>	ККАЛ-142, Б-7, Ж-12, У-3	44
150	Макаронь отв. (ракушки) <i>Макаронь ракушка, Масло сливочное М. Соль водированная</i>	ККАЛ-182, Б-5, Ж-4, У-36	14
150	Картофель отварной <i>Картофель св. Соль водированная, Масло сливочное М.</i>	ККАЛ-316, Б-5, Ж-15, У-44	18
150	Гарнир Рис отварной (рассыпчатый) <i>Рис п.ж. Масло сливочное М. Вода, Соль водированная</i>	ККАЛ-216, Б-4, Ж-5, У-41	17
75	Пирожок с капустой <i>Мука, Сахар, Масло сливочное М. Яйцо, Молоко сухое 25%, Дрожжи сух, Вода (для молока), Капуста св. Масло растительное, Вода</i>	ККАЛ-183, Б-5, Ж-6, У-29	17
75	Булочка с корицей <i>Мука, Сахар, Масло сливочное М. Корица, Соль водированная, Дрожжи сух, Масло растительное, Яйцо</i>	ККАЛ-406, Б-11, Ж-10, У-80	12
100	Пицца с помидорами <i>Мука, Молоко сухое 25%, Яйцо, Сахар, Дрожжи сух, Колбаса вареная, Полидыры св, Масло сливочное М. Сметана 15%, Сыр сливочный (Покрова Алтай), Масло растительное, Вода, Ветчина</i>	ККАЛ-302, Б-10, Ж-15, У-34	44
200	Чай Гринфилд с сахаром.. <i>Чай Гринфилд 2гр., Вода, Сахар</i>	ККАЛ-58, У-15	6
200	Сок Тропик с трубочкой	ККАЛ-100, У-20	18
	Итого за обед..	ККАЛ-3 114, Б-119, Ж-147, У-362	547
	Итого за	ККАЛ-3 114, Б-119, Ж-147, У-362	547

МБОУ СОШ

ИП Галова И.В.