

ИП Галина И.В.

18.03.2021

Меню (1 смена 7-10лет.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 75			
10	Сыр (порциями)	ККАЛ-24, Б-2, Ж-2	9-21
100/30/5	Омлет с колбасными изделиями, маслом <i>Яйцо, Молоко сухое 25%, Вода (для молока), Масло сливочное М, Колбаса вареная, Соль йодированная</i>	ККАЛ-281, Б-14, Ж-24, У-2	52-91
200	Чай витаминный (шиповник) <i>Чай, Вода, Лимон, Сахар, Шиповник</i>	ККАЛ-78, Б-1, У-19	5-41
40/20	Батон молочный в/с+ хлеб ржаной (Падун-хлеб....) <i>Батон молочный в/с(Падун -хлеб), Хлеб ржаной</i>	ККАЛ-71, Б-2, Ж-1, У-15	7-47
Итого за Завтрак 75			75
Итого за			75

МБОУ СОШ 45ИП Галина И.В. Галина

ИП Галина И.В.

18.03.2021

Меню (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед 75			
60	Котлета по- Хлыновски. <i>Говядина п/ф, Картофель св, Лук репка, Яйцо, Сухари паниров., Масло сливочное М, Соль йодированная</i>	ККАЛ-135, Б-8, Ж-9, У-7	53-38
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая... <i>Вода, Гречка, Соль йодированная, Масло сливочное М</i>	ККАЛ-231, Б-82, Ж-88, У-560	15-2
200	Чай русский (карамель) <i>Чай, Вода, Сахар</i>	ККАЛ-58, У-15	3-06
40	Хлеб пшеничный белый резанный	ККАЛ-45, Б-2, У-10	3-36
Итого за Обед 75			75
Итого за			75

МБОУ СОШ 45ИП Галина 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>			
75	Котлета по-Хлыновски. <i>Говядина п/ф, Картофель св, Лук репка, Яйцо, Сухари паниров., Масло сливочное М, Соль йодированная</i>	ККАЛ-169, Б-11, Ж-11, У-9	67-03
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая... <i>Вода, Гречка, Соль йодированная, Масло сливочное М</i>	ККАЛ-231, Б-82, Ж-88, У-560	15-2
200	Компот из свежих яблок(свеж.зам) <i>Яблоко свежемороженное, Сахар, Вода</i>	ККАЛ-107, Б-2, У-28	14-88
40/20	Хлеб пшеничный + ржаной(резанный... <i>Хлеб белый резанный, Хлеб ржаной(резанный)</i>	ККАЛ-163, Б-6, Ж-1, У-34	4-89
Итого за обед		ККАЛ-669, Б-101, Ж-100, У-630	102
Итого за ...		ККАЛ-669, Б-101, Ж-100, У-630	102

МБОУ СОШ

43/7

ИП Галина И.В.



Меню (Раздача..)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>обед..</i>			
100	Салат темп (разработка) <i>Капуста св, Сыр сливочный (Покрова Алтай), Свекла св, Масло растительное, Сахар, Соль йодированная</i>	ККАЛ-131, Б-4, Ж-8, У-12	17
100	Винегрет "Овощная грядка" <i>Картофель св, Свекла св, Огурцы консервированные, Кукуруза консервированная, Морковь св, Горошек зеленый, Масло растительное</i>	ККАЛ-83, Б-2, Ж-5, У-8	20
250/25	Борщ "Полтавский" с галушками и говядина-тушенка <i>Свекла св, Капуста св, Картофель св, Морковь св, Лук репка, Томат-паста, Масло сливочное М, Сахар, Лимонная кислота, Соль йодированная, Вода, Мука, Яйцо, Говядина-тушенка</i>	ККАЛ-146, Б-4, Ж-3, У-27	37
60	Котлета по-Хлыновски. <i>Говядина п/ф, Картофель св, Лук репка, Яйцо, Сухари паниров., Масло сливочное М, Соль йодированная</i>	ККАЛ-135, Б-8, Ж-9, У-7	54
75	Биточки из филе птицы .. <i>Куры филе, Хлеб п/ф, Вода (для молока), Сухари паниров., Масло сливочное М, Соль йодированная, Молоко сухое 25%</i>	ККАЛ-189, Б-12, Ж-13, У-8	47
75	Филе птицы в яйце <i>Куры филе, Соль йодированная, Мука, Масло сливочное М, Яйцо</i>	ККАЛ-346, Б-22, Ж-23, У-6	62
200	Рыба с картофелем по-русски (филе минтая) <i>ФИЛЕ МИНТАЯ, Картофель св, Вода, Масло сливочное М, Мука, Соль йодированная, Сыр твердый (сметанковый)</i>	ККАЛ-152, Б-3, Ж-7, У-21	57
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
60	Шницель из говядины <i>Говядина п/ф(лопатка), Хлеб белый, Сухари паниров., Соль йодированная, Молоко сухое 25%, Вода (для молока), Лук репка, Масло сливочное М</i>	ККАЛ-126, Б-8, Ж-8, У-6	47
150	Картофель отварной с овощами <i>Картофель св, Морковь св, Лук репка, Масло сливочное М, Вода, Горошек зеленый</i>	ККАЛ-124, Б-3, Ж-4, У-21	21
150	Макароньы отв. (ракушки) <i>Макароньы ракушка, Масло сливочное М, Соль йодированная</i>	ККАЛ-182, Б-5, Ж-4, У-36	14
150	Гарнир каша гречневая с овощами <i>Вода, Гречка, Соль йодированная, Масло сливочное М, Морковь св, Лук репка</i>	ККАЛ-189, Б-4, Ж-7, У-28	17
150	Гарнир Рис припущенный <i>Рис о/п, Масло сливочное М, Вода, Соль йодированная</i>	ККАЛ-208, Б-4, Ж-5, У-39	16
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 творожная <i>Мука, Молоко сухое 25%, Яйцо, Масло сливочное М, Сахар, Дрожжи сух, Творог свежий, Соль йодированная, Ванилин, Вода (для молока)</i>	ККАЛ-221, Б-9, Ж-4, У-38	18
100	Пицца с колб.изделиями.. <i>Мука, Молоко сухое 25%, Яйцо, Сахар, Дрожжи сух, Колбаса вареная, Томат-паста, Масло сливочное М, Сметана 15%, Сыр твердый (сметанковый), Масло растительное, Вода, Ветчина</i>	ККАЛ-302, Б-10, Ж-15, У-34	44
200	Сок Тропик с трубочкой	ККАЛ-100, У-20	18
200	Чай Гринфилд с сахаром.. <i>Чай Гринфилд 2гр., Вода, Сахар</i>	ККАЛ-58, У-15	6
Итого за обед..		ККАЛ-2 916, Б-105, Ж-123, У-360	561
Итого за ..		ККАЛ-2 916, Б-105, Ж-123, У-360	561