

МЕНЮ

ИП Галин Н.В.

20.04.2021

Меню (1 смена 7-10лет.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 75</u>			
10	Сыр (порциями)	ККАЛ-24, Б-2, Ж-2	9-43
120/10	Запеканка "Геркул" творожная со сгущ. молок.	ККАЛ-451, Б-18, Ж-32, У-22	55-61
<small>Творог сладкий, Геркулес, Яйцо, Масло сливочное М, Сахар, Мука, Соль йодированная, Сметана 15%, Сахар ванильный, Масло растительное, Молоко сгущенное с/с</small>			
200	Чай с сахаром	ККАЛ-34, У-9	2-39
<small>Чай, Вода, Сахар</small>			
40/20	Батон молочный в/с+ хлеб ржаной (резанный) (Падун-хлеб)	ККАЛ-71, Б-2, Ж-1, У-15	7-57
<small>Батон молочный в/с(Падун-хлеб), Хлеб ржаной(резанный)</small>			
Итого за Завтрак			75
Итого за Обед			75

ИП Галин Н.В.

Галин

ИП Галин Н.В.



ИП Галин Н.В.

20.04.2021

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	Тефтели из говядины (рисом)...	ККАЛ-199, Б-8, Ж-13, У-15	52-09
<small>Говядина и филе(говядина), Вода, Рис, Лук репчатый, Масло сливочное М, Соль йодированная, Мука, Томат паста, Морковь, Сахар</small>			
120	Картофельное пюре...	ККАЛ-108, Б-3, Ж-3, У-21	16-49
<small>Картофель с/с, Масло сливочное М, Молоко сгущ. 25%, Вода (для варки), Соль йодированная</small>			
200	Чай русский (карамель)	ККАЛ-58, У-15	3-06
<small>Чай, Вода, Сахар</small>			
40	Хлеб пшеничный белый резанный	ККАЛ-45, Б-2, У-10	3-36
Итого за Обед			75
Итого за Завтрак			75

ИП Галин Н.В.

Галин

ИП Галин Н.В.



МенюРод. (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>			
80/50	Тефтели из говядины (рисом... <i>Говядина п.ф(лопатка), Вода, Рис о.п. Лук репка, Масло сливочное М, Соль йодированная, Мука, Томат-паста, Морковь св. Сахар</i>	ККАЛ-193, Б-7, Ж-13, У-14	64-14
150	Картофельное пюре... <i>Картофель св. Масло сливочное М, Молоко сухое 23%, Вода (для молока), Соль йодированная</i>	ККАЛ-135, Б-3, Ж-3, У-26	22-43
200	Напиток из вишни(сухой) <i>Вишня сухая, Сахар, Лимонная кислота, Вода</i>	ККАЛ-95, У-24	9-01
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-586, Б-17, Ж-17, У-98	102
Итого за		ККАЛ-586, Б-17, Ж-17, У-98	102

МБОУ СОШ

Газина

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 из свежих овощей <i>Огурцы св. Перец. Помидоры св. Масло растительное</i>	ККАЛ-107, Б-1, Ж-10, У-4	32
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	20
250/25	Щи из св. капусты с говядиной-тушенка <i>Картофель св. Капуста св. Морковь св. Лук репка. Масло сливочное М. Вода. Говядина-тушенка. Соль йодированная</i>	ККАЛ-130, Б-6, Ж-8, У-10	36
75	Котлета из филе птицы. <i>Кури филе. Хлеб п.ф. Вода (для молока). Сушари папиров. Масло сливочное М. Соль йодированная. Молоко сухое 25%</i>	ККАЛ-327, Б-20, Ж-20, У-20	51
60	Биточки по-белорусски <i>Говядина п.ф(лопатка). Лук репка. Яйцо. Молоко сухое 25%. Вода (для молока). Соль йодированная. Специи. Масло сливочное М</i>	ККАЛ-132, Б-10, Ж-10, У-3	62
95	Рыба (филе минтая) запеченая под омлетом <i>ФИЛЕ МИНТАЯ. Мука. Масло растительное. Яйцо. Молоко сухое 25%. Вода (для молока). Соль йодированная</i>	ККАЛ-192, Б-21, Ж-11, У-3	65
60	Котлета из говядины .. <i>Говядина п.ф(лопатка). Хлеб п.ф. Сушари папиров. Соль йодированная. Молоко сухое 25%. Лук репка. Вода (для молока). Масло сливочное М</i>	ККАЛ-139, Б-9, Ж-9, У-7	47
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	22
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 <i>Вода. Перловка. Масло сливочное М. Соль йодированная</i>	ККАЛ-127, Б-3, Ж-3, У-23	11
150	Макаронны отварные с овощами (ракушки) <i>Макаронны ракушки. Масло сливочное М. Лук репка. Морковь св. Зелень сухая</i>	ККАЛ-314, Б-8, Ж-11, У-54	19
75	Булочка с повидлом <i>Мука. Молоко сухое 25%. Вода (для молока). Яйцо. Масло сливочное М. Сахар. Дрожжи сух. Повидло. Масло растительное</i>	ККАЛ-227, Б-5, Ж-5, У-43	15
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	18
75	Булочка Веснушка <i>Мука. Молоко сухое 25%. Дрожжи сух. Яйцо. Сахар. Масло сливочное М. Изюм. Масло растительное. Вода (для молока)</i>	ККАЛ-456, Б-12, Ж-10, У-82	15
200	Чай Гринфилд с сахаром.. <i>Чай Гринфилд 2гр. Вода. Сахар</i>	ККАЛ-58, У-15	6
200	Сок Тropic с трубочкой	ККАЛ-100, У-20	18
Итого за обед..		ККАЛ-2 774, Б-108, Ж-114, У-357	461
Итого за завтрак..		ККАЛ-2 774, Б-108, Ж-114, У-357	461

