

29.04.2021

Галина И.В.

## Меню (1 смена 7-10 лет.)

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
100/5	<b>Омлет с сыром, маслом.....</b>	ККАЛ-327, Б-21, Ж-26, У-3	46-81
	<small>Яйцо, Молоко сухое 25%, Вода (для молока), Сыр твердый (сметанковый), Масло сливочное М, Соль йодированная</small>		
200	<b>Кофейный напиток</b>	ККАЛ-126, Б-2, Ж-2, У-26	11-08
	<small>Кофейный напиток, Сахар, Молоко сухое 25%, Вода (для молока)</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>			75
<b>Итого за</b>			75

МБОУ СОШ

ИП Галина И.В.



29.04.2021

ИП Галина И.В.

## 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>Биточки из говядины</b>	ККАЛ-199, Б-12, Ж-11, У-16	47-08
	<small>Говядина п/ф(лопатка), Хлеб п/ф, Сушари паниров., Лук репка, Молоко сухое 25%, Соль йодированная, Вода (для молока), Масло сливочное М</small>		
145	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая...</b>	ККАЛ-223, Б-80, Ж-85, У-541	15-08
	<small>Вода, Гречка, Соль йодированная, Масло сливочное М</small>		
200	<b>Компот из кураги</b>	ККАЛ-131, У-31	9-48
	<small>Курага, Сахар, Вода</small>		
40	<b>Хлеб пшеничный белый резанный</b>	ККАЛ-45, Б-2, У-10	3-36
<b>Итого за Обед 75</b>			75
<b>Итого за</b>			75

МБОУ СОШ

ИП Галина И.В.





29.04.2021

ИП Галкина И.В.

## Иеню (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>		
80	<b>Биточки из говядины</b> <i>Говядина п/ф(копачка), Хлеб п/ф, Сушари панциров, Лук репка, Молоко сухое 23%, Соль водированная, Вода (для молока), Масло сливочное М</i>	ККАЛ-266, Б-16, Ж-15, У-21	62-83
150	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая...</b> <i>Вода, Гречка, Соль водированная, Масло сливочное М</i>	ККАЛ-231, Б-82, Ж-88, У-560	15-65
50	<b>Соус Красный основной</b> <i>Морковь св, Лук репка, Мука, Масло сливочное М, Томат-паста, Вода, Сахар, Соль водированная</i>	ККАЛ-24, Б-1, Ж-1, У-3	3-69
200	<b>Компот из свежих яблок(свеж.зам)</b> <i>Яблоко свежемороженное, Сахар, Вода</i>	ККАЛ-107, Б-2, У-28	14-94
40/23	<b>Хлеб пшеничный + ржаной(резанный...)</b> <i>Хлеб белый резанный, Хлеб ржаной(пирезанный)</i>	ККАЛ-163, Б-6, Ж-1, У-34	4-89
	<b>Итого за обед</b>	ККАЛ-790, Б-107, Ж-105, У-645	102
	<b>Итого за</b>	ККАЛ-790, Б-107, Ж-105, У-645	102

МБОУ СОШ

*Галкина*

ИП Галкина И.В.

*Галкина*





29.04.2021

Лист № 1

## Меню (Раздача..)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. мен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)	Стоимость порции (руб)
	<i>обед.</i>		
100	<b>Салат Мимоза</b> <i>Квашеная капуста, Яйца, Картофель, Морковь, Слив. масло растительное, Масло растительное</i>	ККАЛ-139, Б-10, Ж-10, У-2	33
100	<b>Винегрет "Овощная грядка"</b> <i>Картофель, Свекла, Огурцы консервированные, Кукуруза консервированная, Морковь, Горчица зеленая, Масло растительное</i>	ККАЛ-83, Б-2, Ж-5, У-8	23
250/25	<b>Борщ с фасолью с говядиной-тушенка</b> <i>Свиная ш. Фарш, Лук репчатый, Морковь, Пшеница, Томат-паста, Масло сливочное М, Сахар, Листья шпината, Вода, Яйца, Слив. масло растительное, Уксусная эссенция</i>	ККАЛ-152, Б-7, Ж-8, У-14	38
60/50	<b>Тефтели из говядины (рисом)...</b> <i>Говядина (филе), Вода, Рис, Лук репчатый, Масло сливочное М, Слив. масло растительное, Мука, Томат-паста, Морковь, Сахар</i>	ККАЛ-199, Б-8, Ж-13, У-15	52
50/150	<b>Жаркое из мяса(свинина).</b> <i>Свиная ш.ф, Картофель, Лук репчатый, Масло сливочное М, Томат-паста, Слив. масло растительное</i>	ККАЛ-261, Б-9, Ж-17, У-18	77
75	<b>Котлета из филе птицы.</b> <i>Кури филе, Хлеб пш., Вода (для замеса), Сушеный чеснок, Масло сливочное М, Слив. масло растительное, Масло слив. 25%</i>	ККАЛ-327, Б-20, Ж-20, У-20	51
75	<b>Филе птицы в яйце</b> <i>Кури филе, Слив. масло растительное, Мука, Масло сливочное М, Яйца</i>	ККАЛ-346, Б-22, Ж-23, У-6	68
95	<b>Рыба (филе минтая) запеченная под омлетом</b> <i>ФИЛЕ МИНТАЯ, Мука, Масло растительное, Яйца, Масло слив. 25%, Вода (для замеса), Слив. масло растительное</i>	ККАЛ-192, Б-21, Ж-11, У-3	66
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель, Сахар, Масло сливочное М, Молоко 2,7%, Слив. масло растительное</i>	ККАЛ-148, Б-3, Ж-6, У-25	25
150	<b>Макароньы отварные (вермишель)</b> <i>Макароньы вермишель, Масло сливочное М, Слив. масло растительное</i>	ККАЛ-182, Б-5, Ж-4, У-36	14
150	<b>Капуста тушеная</b> <i>Капуста кв., Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное М, Томат-паста, Мука, Сахар, Лавровый лист, Слив. масло растительное, Пищевая сода</i>	ККАЛ-64, Б-2, Ж-2, У-10	24
150	<b>Гарнир каша перловая</b> <i>Вода, Перловая, Масло сливочное М, Слив. масло растительное</i>	ККАЛ-127, Б-3, Ж-3, У-23	11
100	<b>Сосиска в тесте</b> <i>Мука, Сахар, Масло растительное, Яйца, Масло слив. 25%, Дрожжи сух., Вода (для замеса), Сосиски мясные</i>	ККАЛ-262, Б-10, Ж-13, У-29	40
75	<b>Булочка Домашняя</b> <i>Мука, Молоко слив. 25%, Дрожжи сух., Сахар, Масло сливочное М, Вода (для замеса), Яйца, Масло растительное</i>	ККАЛ-222, Б-6, Ж-3, У-45	13
75	<b>Булочка Сюрприз</b> <i>Мука, Сахар, Масло сливочное М, Яйца, Молоко слив. 25%, Вода (для замеса), Дрожжи сух., Морковь, Масло растительное</i>	ККАЛ-179, Б-5, Ж-3, У-36	16
200	<b>Чай Гринфилд с сахаром..</b> <i>Чай Гринфилд Зер., Вода, Сахар</i>	ККАЛ-58, У-15	6
200	<b>Сок Тропик с трубочкой</b>	ККАЛ-100, У-20	18
	<b>Итого за обед.</b>	ККАЛ-3 041, Б-133, Ж-140, У-326	575
	<b>Итого за ..</b>	ККАЛ-3 041, Б-133, Ж-140, У-326	575

МБДТ СЕВЗ 14

ИПТ Галова ИВ

Галова ИВ