

31.03.2021

ИП Галова И.В.

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	Масло сливочное (порциями)	ККАЛ-44, Ж-5	11
20	Сыр (порциями)	ККАЛ-48, Б-4, Ж-4	18-42
250/10	Каша рисовая молочная с маслом.....	ККАЛ-757, Б-16, Ж-26, У-102	30-82
<small>Рис, Сахар, Вода, Соль йодированная, Молоко сухое 27%, Масло сливочное М</small>			
200	Чай с молоком.	ККАЛ-86, Б-2, Ж-2, У-17	7-19
<small>Чай, Вода, Сахар, Молоко сухое 27%</small>			
40/20	Батон молочный в/с+ хлеб ржаной (резанный) (Падуи-хлеб)	ККАЛ-71, Б-2, Ж-1, У-15	7-57
<small>Батон молочный в/с Падуи-хлеб, Хлеб ржаной (резанный)</small>			
Итого за Завтрак 75			75
Итого за			75

МБОУ СОШ

ИП Галова И.В.



ИП Галова И.В.

31.03.2021

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>			
70	Котлета домашняя	ККАЛ-165, Б-8, Ж-14, У-4	49-8
<small>Говядина в/ф, Свиная в/ф, Лук репчатый, Сахар пшеничный, Яйцо, Хлеб в/ф, Вода, Соль йодированная, Зелень сушеная, Масло сливочное М</small>			
145	Макаронные изделия отварные (спираль)	ККАЛ-176, Б-5, Ж-4, У-35	12-93
<small>Макаронные изделия, Масло сливочное М, Соль йодированная</small>			
200	Напиток из сухофруктов	ККАЛ-116, У-29	5-85
<small>Сухофрукты, Сахар, Вода, Лимонная кислота</small>			
40/40	Хлеб пшеничный + ржаной (резанный)	ККАЛ-163, Б-6, Ж-1, У-34	6-42
<small>Хлеб белый резанный, Хлеб ржаной (резанный)</small>			
Итого за Обед 75			75
Итого за			75

МБОУ СОШ

ИП Галова И.В.

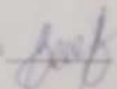




Меню (Льготное питание 11-18 лет)

Выдача (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>обед</i>			
60/50	Колобки школьные... <small>Пшеница в.б., Яйцо, Слив. масло, Сахар, Масло сливочное М. Вода, Мука, Маргарин см. Луя речной, Творог домашний, Сметан</small>	ККАЛ-135, Б-10, Ж-10, У-5	78-85
135	Макаронны отварные (спираль) <small>Макаронны отварные, Масло сливочное М. Слив. масло</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-38	13-94
200	Напиток из сухофруктов <small>Сухофрукты, Сахар, Вода, Лимонная кислота</small>	ККАЛ-116, У-29	5-85
40	Хлеб пшеничный белый резанный	ККАЛ-45, Б-2, У-7	3-36
Итого за обед		ККАЛ-484, Б-27, Ж-14, У-81	102
Итого за		ККАЛ-484, Б-27, Ж-14, У-81	102

ИТОГО СТОИМ



ИТ Галкина 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 из свеклы с маслом <i>Салат св. Масло растительное</i>	ККАЛ-83, Б-2, Ж-5, У-9	7
100	Салат Нептун <i>Капуста морская консерв. Яйца. Масло растительное. Лук репчатый</i>	ККАЛ-214, Б-10, Ж-19, У-2	25
250/25	Щи из св. капусты с говядиной-тушенка <i>Картофель св. Капуста св. Морковь св. Лук репчатый. Масло сливочное М. Вода. Говядина-тушенка. Соль йодированная</i>	ККАЛ-130, Б-6, Ж-8, У-10	35
60	Котлета домашняя <i>Говядина п.ф. Свинина п.ф. Лук репчатый. Сухомятки паровые. Яйца. Хлеб п.ф. Вода. Соль йодированная. Зелень сушен. Масло сливочное М</i>	ККАЛ-142, Б-7, Ж-12, У-3	43
50/150	Плов по -узбекски (свинина).... <i>Свинина п.ф. Рис. Морковь св. Лук репчатый. Масло растительное. Вода. Соль йодированная</i>	ККАЛ-220, Б-11, Ж-10, У-26	60
75	Биточки из филе яткицы .. <i>Кури филе. Хлеб п.ф. Вода (для жарки). Сухомятки паровые. Масло сливочное М. Соль йодированная. Масло сливочное 25%</i>	ККАЛ-189, Б-12, Ж-13, У-8	47
80	Рыба в яйце (миштал) <i>ФИЛЕ МИШТАЛ. Мука. Яйца. Соль йодированная. Масло сливочное М</i>	ККАЛ-197, Б-18, Ж-11, У-7	64
70/5	Голубцы ленивые с маслом <i>Говядина п.ф. Рис п.п. Лук репчатый. Масло сливочное М. Капуста св. Соль йодированная</i>	ККАЛ-115, Б-5, Ж-8, У-6	36
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая... <i>Вода. Гречка. Соль йодированная. Масло сливочное М</i>	ККАЛ-231, Б-82, Ж-88, У-560	15
150	Горюшница - пюре <i>Рыба сушен. Вода. Лук репчатый. Морковь св. Масло сливочное М</i>	ККАЛ-163, Б-9, Ж-5, У-24	11
150	Рагу овощное) <i>Картофель св. Морковь св. Капуста св. Капуста брокколи. Капуста Цветная. Лук репчатый. Масло сливочное 25%. Вода (для жарки). Масло сливочное М. Соль йодированная. Лавровый лист. Перец</i>	ККАЛ-195, Б-3, Ж-4, У-13	31
150	Макароны отварные (спираль) <i>Макароны спираль. Масло сливочное М. Соль йодированная</i>	ККАЛ-182, Б-5, Ж-4, У-36	14
100	Пицца с помидорами <i>Мука. Масло сливочное 25%. Яйца. Сахар. Дрожжи сух. Колбаса вареная. Помидоры св. Масло сливочное М. Сыттина 15%. Сыр сливочный (Покрова Алтай). Масло растительное. Вода. Ветчина</i>	ККАЛ-302, Б-10, Ж-15, У-34	44
75	Пирожок с капустой <i>Мука. Сахар. Масло сливочное М. Яйца. Масло сливочное 25%. Дрожжи сух. Вода (для жарки). Капуста св. Масло растительное. Вода</i>	ККАЛ-183, Б-5, Ж-6, У-29	17
100	Сосиска в тесте <i>Мука. Сахар. Масло растительное. Яйца. Масло сливочное 25%. Дрожжи сух. Вода (для жарки). Сосиски мясные</i>	ККАЛ-262, Б-10, Ж-13, У-29	40
200	Чай Гринфилд с сахаром.. <i>Чай Гринфилд Зр.. Вода. Сахар</i>	ККАЛ-58, У-15	6
200	Сок Тропик с трубочкой	ККАЛ-108, У-21	18
	Итого за обед.	ККАЛ-2966, Б-195, Ж-221, У-831	513
	Итого за ..	ККАЛ-2966, Б-195, Ж-221, У-831	513

МУКУ СОШ

ИП Галина И.В.

