

**меню площадки (7-11 лет )**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
30	<b>Помидор свежий с маслом раст</b> <i>помидоры свежие, масло растительное</i>	ККАЛ-33, Ж-3, У-1	9-00
60	<b>Котлета по- Хлыновски</b> <i>фарш мясной, картофель св, лук репка, сухари паниров., масло растительное, яйцо, соль йодированная</i>	ККАЛ-193, Б-8, Ж-7, У-13	27-00
160	<b>Макаронны отварные (регатоны)</b> <i>макаронны (регатоны), масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-179, Б-5, Ж-8, У-34	13-00
200	<b>Чай с молоком сгущенным</b> <i>молоко сгущенное с/с 8.5%, чай байховый</i>	ККАЛ-119, Б-3, Ж-3, У-20	12-00
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	4-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-679, Б-21, Ж-22, У-98	<b>67-00</b>
<b><u>обед</u></b>			
100	<b>Огурец свежий с маслом растительным</b> <i>огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-170, Ж-3, У-2	20-00
250/20/10	<b>Суп овощной с курицей сметаной</b> <i>картофель св, кури-тушка потрош., капуста белокочанная свежая, лук репка, морковь св, сметана 15%, горошек зеленый консервир., масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-159, Б-7, Ж-9, У-13	26-00
150	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая</b> <i>гречка, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-173, Б-4, Ж-4, У-27	10-00
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	24-00
55	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-129, Б-4, У-27	4-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-792, Б-17, Ж-17, У-106	<b>86-00</b>
<b><u>полдник</u></b>			
200	<b>Молоко свежее пастеризованное</b>	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-5	14-00
250	<b>Апельсин свежий</b>	ККАЛ-118, Б-2, У-29	39-00
75	<b>Кекс покупной</b>	ККАЛ-300, Б-10, Ж-11, У-40	26-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-525, Б-18, Ж-16, У-74	<b>79-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1996, Б-56, Ж-55, У-278	<b>232-00</b>



**меню площадки (12 лет и старше )**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
50	<b>Помидор свежий с маслом раст</b> <i>помидоры свежие, масло растительное</i>	ККАЛ-55, Ж-5, У-2	15-00
70	<b>Котлета по- Хлыновски</b> <i>фарш мясной, картофель св, лук репка, сухари паниров., масло растительное, яйцо, соль йодированная</i>	ККАЛ-226, Б-9, Ж-8, У-15	31-00
150	<b>Макаронны отварные (регатоны)</b> <i>макаронны (регатоны), масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-168, Б-5, Ж-8, У-32	12-00
200	<b>Чай с молоком сгущенным</b> <i>молоко сгущённое с/с 8.5%, чай байховый</i>	ККАЛ-119, Б-3, Ж-3, У-20	12-00
56	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-2, У-28	6-00
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	3-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-781, Б-24, Ж-26, У-110	79-00
<u>обед</u>			
100	<b>Огурец свежий порц.</b> <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-14, Б-1, У-3	19-00
200/20/ 10	<b>Суп овощной с курицей сметаной</b> <i>картофель св, кури-тушка потрош., капуста белокочанная свежая, лук репка, морковь св, сметана 15%, горошек зеленый консервир., масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-130, Б-5, Ж-7, У-11	23-00
100	<b>Запеканка кур</b> <i>кури-филе, рис о/п, яйцо, лук репка, масло сливочное, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-300, Б-20, Ж-22, У-30	36-00
150	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая</b> <i>гречка, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-173, Б-4, Ж-4, У-27	10-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-73, У-18	2-00
76	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	6-00
50	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-954, Б-39, Ж-35, У-143	100-00
<u>полдник</u>			
200	<b>Молоко свежее пастеризованное</b>	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-5	14-00
83	<b>Апельсин свежий</b>	ККАЛ-39, Б-1, У-10	13-00
75	<b>Кекс покупной</b>	ККАЛ-300, Б-10, Ж-11, У-40	26-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-446, Б-17, Ж-16, У-55	53-00
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2181, Б-80, Ж-77, У-308	232-00





**меню площадки (Сотрудники)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Сотрудники (обед)</u></b>			
20	<b>Огурец свежий порц.</b> <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-3, У-1	4-00
250/20/ 10	<b>Суп овощной с курицей сметаной</b> <i>картофель св, кури-тушка потрош., капуста белокочанная свежая, лук репка, морковь св, сметана 15%, горошек зеленый консервир., масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-159, Б-7, Ж-9, У-13	26-00
100	<b>Запеканка кур</b> <i>куры-филе, рис о/п, яйцо, лук репка, масло сливочное, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-300, Б-20, Ж-22, У-30	36-00
200	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая</b> <i>гречка, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-230, Б-5, Ж-6, У-37	14-00
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	24-00
76	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	6-00
76	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-130, Б-5, Ж-1, У-25	6-00
<b>Итого за Сотрудники (обед)</b>		ККАЛ-1 111, Б-43, Ж-40, У-170	116-00
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 111, Б-43, Ж-40, У-170	116-00

Директор  
МБОУ СОШ \_\_\_\_\_

ИП Бабаев



Калькулятор \_\_\_\_\_