

меню площадки (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	Каша дружба молочная с маслом <i>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-210, Б-6, Ж-6, У-31	18-00
90	Омлет с сыром <i>яйцо, сыр твердый, масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-342, Б-16, Ж-23, У-19	30-00
200	Чай витаминный <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i>	ККАЛ-92, У-22	5-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	4-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-799, Б-27, Ж-30, У-102	59-00
обед			
50	Огурец свежий порц. <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-7, У-1	9-00
250/20/ 10	Рассольник Ленинградский с курицей, сметаной <i>картофель св, кури-тушка потрош., огурцы консервированные, морковь св, сметана 15%, перловка, лук репка, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-185, Б-7, Ж-9, У-18	32-00
100	Котлета из филе птицы рубленая <i>куры-филе, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-256, Б-15, Ж-16, У-15	38-00
150	Гарнир Рис отварной <i>рис о/п, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-181, Б-2, Ж-6, У-31	14-00
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-73, У-18	2-00
55	Хлеб пшеничный	ККАЛ-129, Б-4, У-27	4-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-00
Итого за обед		ККАЛ-882, Б-30, Ж-31, У-120	101-00
полдник			
200	Снежок	ККАЛ-158, Б-5, Ж-5, У-22	22-00
250	Апельсин свежий	ККАЛ-118, Б-2, У-29	40-00
56	Вафли детские	ККАЛ-190, Б-9, Ж-11, У-55	10-00
Итого за полдник		ККАЛ-466, Б-16, Ж-16, У-106	72-00
Итого за день		ККАЛ-2147, Б-73, Ж-77, У-328	232-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Байбак



Калькулятор _____

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>			
200	Каша дружба молочная с маслом <i>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-210, Б-6, Ж-6, У-31	18-00
60	Омлет с сыром <i>яйцо, сыр твердый, масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-228, Б-11, Ж-15, У-13	19-00
200	Чай витаминный <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i>	ККАЛ-92, У-22	5-00
56	Батон белый	ККАЛ-145, Б-4, Ж-2, У-28	6-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, У-13	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-743, Б-24, Ж-23, У-107	51-00
<u>обед</u>			
100	Огурец свежий порц. <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-14, Б-1, У-3	30-00
250/20/ 10	Рассольник Ленинградский с курицей, сметаной <i>картофель св, кури-тушка потрош., огурцы консервированные, морковь св, сметана 15%, перловка, лук репка, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-185, Б-7, Ж-9, У-18	32-00
100	Котлета из филе птицы рубленая <i>куры-филе, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-256, Б-15, Ж-16, У-15	38-00
200	Гарнир Рис отварной <i>рис о/п, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-241, Б-2, Ж-8, У-41	18-00
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-73, У-18	2-00
76	Хлеб пшеничный	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	6-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	4-00
Итого за обед		ККАЛ-1 033, Б-34, Ж-35, У-149	130-00
<u>полдник</u>			
200	Снежок	ККАЛ-158, Б-5, Ж-5, У-22	22-00
122	Апельсин свежий	ККАЛ-57, Б-1, У-14	19-00
56	Вафли детские	ККАЛ-190, Б-9, Ж-11, У-55	10-00
Итого за полдник		ККАЛ-405, Б-15, Ж-16, У-91	51-00
Итого за день		ККАЛ-2 181, Б-73, Ж-74, У-347	232-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Байрак



Калькулятор _____

меню площадки (Сотрудники)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Сотрудники (обед)			
100	Огурец свежий порц. <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-14, Б-1, У-3	19-00
250/20/ 10	Рассольник Ленинградский с курицей, сметаной <i>картофель св, кури-тушка потрош., огурцы консервированные, морковь св, сметана 15%, перловка, лук репка, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-185, Б-7, Ж-9, У-18	32-00
100	Котлета из филе птицы рубленая <i>куры-филе, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-256, Б-15, Ж-16, У-15	38-00
200	Гарнир Рис отварной <i>рис о/п, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-241, Б-2, Ж-8, У-41	18-00
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-73, У-18	2-00
40	Хлеб пшеничный	ККАЛ-94, Б-3, У-20	3-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	4-00
Итого за Сотрудники (обед)		ККАЛ-948, Б-31, Ж-34, У-132	116-00
Итого за день		ККАЛ-948, Б-31, Ж-34, У-132	116-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Байбак



Калькулятор _____