

меню площадки (7-11 лет)

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



меню площадки (12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
50	Помидор свежий с маслом раст <i>помидоры свежие, масло растительное</i>	ККАЛ-55, Ж-5, У-2	9-00
70	Котлета по- Хлыновски <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	Макаронны отварные (регатоны) <i>макаронны (регатоны), масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-168, Б-5, Ж-8, У-32	12-00
200	Чай с молоком сгущенным <i>молоко сгущённое с/с 8.5%, чай байховый</i>	ККАЛ-119, Б-3, Ж-3, У-20	12-00
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-781, Б-24, Ж-26, У-110	73-00
обед			
100	Огурец свежий порц. <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-14, Б-1, У-3	30-00
200/20/ 10	Суп овощной с курицей сметаной <i>картофель св, кури-тушка потрош., капуста белокочанная свежая, лук репка, морковь св, сметана 15%, горошек зелёный консервир., масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-130, Б-5, Ж-7, У-11	23-00
100	Запеканка кур <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
150	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-173, Б-4, Ж-4, У-27	10-00
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-954, Б-39, Ж-35, У-143	111-00
полдник			
200	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-5	14-00
180	Апельсин свежий	ККАЛ-85, Б-2, У-21	28-00
30	Печенье промышленное	ККАЛ-122, Б-2, Ж-3, У-32	6-00
Итого за полдник		ККАЛ-314, Б-10, Ж-8, У-58	48-00
Итого за день		ККАЛ-2 049, Б-73, Ж-69, У-311	232-00



меню площадки (Сотрудники)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Сотрудники (обед)</u>			
20	Огурец свежий порц. <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-3, У-1	4-00
250/20/10	Суп овощной с курицей сметаной <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	Запеканка кур <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	Гарнир каша гречка рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-230, Б-5, Ж-6, У-37	14-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	24-00
76	Хлеб пшеничный	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	6-00
76	Хлеб ржаной	ККАЛ-130, Б-5, Ж-1, У-25	6-00
Итого за Сотрудники (обед)		ККАЛ-1 111, Б-43, Ж-40, У-170	116-00
Итого за день		ККАЛ-1 111, Б-43, Ж-40, У-170	116-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Байбак



Калькулятор _____