

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>			
200	Каша рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-248, Б-6, Ж-8, У-29	18-00
50	Яйцо вареное	ККАЛ-71, Б-6, Ж-5	12-00
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	9-00
200	Кофейный напиток легкий <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, кофейный напиток</small>	ККАЛ-115, Б-3, Ж-3, У-20	8-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	4-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-00
20	Печенье промышленное	ККАЛ-81, Б-1, Ж-2, У-21	8-00
Итого за завтрак		ККАЛ-736, Б-21, Ж-26, У-100	61-00
<u>обед</u>			
60	Огурец свежий порц. <small>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</small>	ККАЛ-8, У-2	12-00
200/20/ 10	Свекольник с курицей, сметаной. <small>свекла свежая, картофель св, кури-тушка потрош., сметана 15%, лук репка, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист, чеснок свежий</small>	ККАЛ-158, Б-4, Ж-9, У-13	20-00
90	Котлета домашняя паровая <small>фарш мясной, хлеб белый нарезной, масло растительное, лук репка, сухари паниров., яйцо, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-276, Б-11, Ж-21, У-11	34-00
150	Горошница - пюре <small>горох сухой, лук репка, морковь св, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-250, Б-8, Ж-4, У-25	10-00
200	Напиток шиповника <small>шиповник, сахар-песок</small>	ККАЛ-102, У-24	7-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	5-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-00
Итого за обед		ККАЛ-986, Б-30, Ж-34, У-115	90-00
<u>полдник</u>			
200	Йогурт	ККАЛ-172, Б-6, Ж-5, У-26	24-00
250	Апельсин свежий	ККАЛ-118, Б-2, У-29	40-00
50	Язычок слоеный	ККАЛ-220, Б-10, Ж-12, У-25	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-510, Б-18, Ж-17, У-80	81-00
Итого за день		ККАЛ-2232, Б-69, Ж-77, У-295	232-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Байков



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 рисовая молочная с маслом <i>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-248, Б-6, Ж-8, У-29	18-00
50	Яйцо вареное	ККАЛ-71, Б-6, Ж-5	12-00
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	9-00
200	Кофейный напиток легкий <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, кофейный напиток</i>	ККАЛ-115, Б-3, Ж-3, У-20	8-00
56	Батон белый	ККАЛ-145, Б-4, Ж-2, У-28	6-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, У-13	3-00
10	Печенье промышленное	ККАЛ-41, Б-1, Ж-1, У-11	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-754, Б-23, Ж-26, У-101	60-00
<u>обед</u>			
100	Огурец свежий порц. <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-14, Б-1, У-3	19-00
250/20/ 10	Свекольник с курицей, сметаной <i>свекла свежая, картофель св, куры-тушка потрош., лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-172, Б-6, Ж-10, У-21	22-00
100	Котлета домашняя паровая <i>фарш мясной, хлеб белый нарезной, масло растительное, лук репка, сухари паниров., яйцо, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-306, Б-12, Ж-23, У-13	37-00
180	Горошница - пюре <i>горох сухой, лук репка, морковь св, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-300, Б-10, Ж-5, У-30	12-00
200	Напиток из шиповника <i>шиповник, сахар-песок</i>	ККАЛ-102, У-24	7-00
76	Хлеб пшеничный	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	6-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, У-13	3-00
Итого за обед		ККАЛ-1141, Б-38, Ж-39, У-141	106-00
<u>полдник</u>			
200	Йогурт	ККАЛ-172, Б-6, Ж-5, У-26	24-00
160	Апельсин свежий	ККАЛ-75, Б-2, У-19	25-00
50	Язычок слоеный	ККАЛ-220, Б-10, Ж-12, У-25	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-467, Б-18, Ж-17, У-70	66-00
Итого за день		ККАЛ-2362, Б-79, Ж-82, У-312	232-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Байбак



Калькулятор _____

меню площадки (Сотрудники)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Сотрудники (обед)</u>			
100	Огурец свежий порц. <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-14, Б-1, У-3	19-00
30	Печенье промышленное	ККАЛ-122, Б-2, Ж-3, У-32	8-00
250/20/ 10	Свекольник с курицей, сметаной <i>свекла свежая, картофель св, куры-тушка потрош., лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-172, Б-6, Ж-10, У-21	22-00
100	Котлета домашняя паровая <i>фарш мясной, хлеб белый нарезной, масло растительное, лук репка, сухари паниров., яйцо, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-306, Б-12, Ж-23, У-13	37-00
180	Горошница - пюре <i>горох сухой, лук репка, морковь св, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-300, Б-10, Ж-5, У-30	12-00
200	Напиток из шиповника <i>шиповник, сахар-песок</i>	ККАЛ-102, У-24	7-00
76	Хлеб пшеничный	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	6-00
70	Хлеб ржаной	ККАЛ-120, Б-5, Ж-1, У-23	5-00
Итого за Сотрудники (обед)		ККАЛ-1 315, Б-42, Ж-43, У-183	116-00
Итого за день		ККАЛ-1 315, Б-42, Ж-43, У-183	116-00

Директор
МБОУ СОШ _____

ИП Байраг



Калькулятор
