

**меню площадки (7-11 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
80	<b>Запеканка "Нежная" с творогом</b> <i>творог свежий 9%, рис, яйцо, сахар-песок, масло сливочное, сметана 15%, сухари паниров., соль йодированная, ванилин</i>	ККАЛ-256, Б-12, Ж-12, У-22	21-00
10	<b>Молоко сгущенное</b>	ККАЛ-30, Б-1, Ж-1, У-5	3-00
150	<b>Каша манная молочная с маслом</b> <i>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-146, Б-4, Ж-7, У-17	11-00
200	<b>Чай с молоком</b> <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</i>	ККАЛ-119, Б-3, Ж-3, У-20	8-00
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-706, Б-25, Ж-24, У-94	<b>49-00</b>
<b><u>обед</u></b>			
100	<b>Помидор свежий с маслом растительным</b> <i>помидоры свежие, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-67, Б-1, Ж-10, У-5	30-00
250/20/ 10	<b>Рассольник Ленинградский с курицей, сметаной.</b> <i>картофель св, кури-тушка потрош., огурцы консервированные, сметана 15%, морковь св, перловка, лук репка, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-177, Б-6, Ж-8, У-19	32-00
90	<b>Тефтели рыбные</b> <i>минтай филе, рис, лук репка, яйцо, масло растительное, зелень сухая (укроп, петрушка), соль йодированная</i>	ККАЛ-159, Б-13, Ж-12, У-18	27-00
160	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель св, масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-126, Б-3, Ж-5, У-22	17-00
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-85, У-21	8-00
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-141, Б-5, У-30	5-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-806, Б-30, Ж-35, У-125	<b>121-00</b>
<b><u>полдник</u></b>			
200	<b>Ряженка</b>	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-8	23-00
120	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-55, Б-1, У-13	26-00
50	<b>Ватрушка с джемом</b> <i>мука в/с, джем в ассортименте, масло сливочное, сахар-песок, молоко сухое 25%, яйцо, масло растительное, дрожжи сух</i>	ККАЛ-375, Б-9, Ж-11, У-47	13-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-538, Б-16, Ж-16, У-68	<b>62-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2 050, Б-71, Ж-75, У-287	<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)
<b>завтрак</b>			
60	<b>Запеканка "Нежная" с творогом</b> <i>творог свежий 9%, рис, яйцо, сахар-песок, масло сливочное, сметана 15%, сухари паниров., соль йодированная, ванилин</i>	ККАЛ-192, Б-9, Ж-9, У-16	16-00
20	<b>Молоко сгущенное</b>	ККАЛ-59, Б-1, Ж-2, У-10	6-00
150	<b>Каша манная молочная с маслом</b> <i>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-146, Б-4, Ж-7, У-17	11-00
200	<b>Чай с молоком</b> <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, чай байховый</i>	ККАЛ-119, Б-3, Ж-3, У-20	8-00
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-729, Б-24, Ж-23, У-104	<b>50-00</b>
<b>обед</b>			
100	<b>Помидор свежий с горошком</b> <i>помидоры свежие, горошек зеленый консервир., масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-104, Б-2, Ж-9, У-4	30-00
250/20/ 10	<b>Рассольник Ленинградский с курицей, сметаной</b> <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	<b>Тефтели рыбные</b> <i>минтай филе, рис, лук репка, яйцо, масло растительное, зелень сухая (укроп, петрушка), соль йодированная</i>	ККАЛ-177, Б-14, Ж-13, У-20	30-00
180	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель св. масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	18-00
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-85, У-21	8-00
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-957, Б-36, Ж-39, У-141	<b>128-00</b>
<b>полдник</b>			
200	<b>Ряженка</b>	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-8	23-00
86	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-40, Б-1, У-10	18-00
50	<b>Ватрушка с джемом</b> <i>мука в/с, джем в ассортименте, масло сливочное, сахар-песок, молоко сухое 25%, яйцо, масло растительное, дрожжи сух</i>	ККАЛ-375, Б-9, Ж-11, У-47	13-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-523, Б-16, Ж-16, У-65	<b>54-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2209, Б-76, Ж-78, У-310	<b>232-00</b>





## меню площадки (Сотрудники)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Сотрудники (обед)</u></b>			
60	<b>Помидор свежий с горошком</b> <i>помидоры свежие, горошек зеленый консервир., масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-62, Б-1, Ж-5, У-3	18-00
250/20/ 10	<b>Рассольник Ленинградский с курицей, сметаной</b> <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	<b>Тефтели рыбные</b> <i>минтай филе, рис, лук репка, яйцо, масло растительное, зелень сухая (укроп, петрушка), соль йодированная</i>	ККАЛ-177, Б-14, Ж-13, У-20	30-00
180	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель св, масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	18-00
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-85, У-21	8-00
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 Сотрудники (обед)</b>		ККАЛ-915, Б-35, Ж-35, У-140	116-00
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-915, Б-35, Ж-35, У-140	116-00

Директор  
МБОУ СОШ \_\_\_\_\_

ИП Байбак



Калькулятор \_\_\_\_\_