

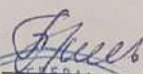
меню площадки (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
30	Помидор свежий с маслом раст помидоры свежие, масло растительное	ККАЛ-33, Ж-3, У-1	8-37
80	Биточки Наймушина (печень) куры-филе, печень мясная, геркулес, лук репка, масло сливочное, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-231, Б-11, Ж-12, У-40	29-90
150	Картофель отварной с маслом картофель св, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-173, Б-3, Ж-9, У-12	14-15
200	Чай итальянский (с корицей) сахар-песок, чай байховый, корица молотая	ККАЛ-62, У-15	2-41
20	Мармелад	ККАЛ-64, У-18	7-00
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, У-15	3-82
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	1-68
Итого за завтрак		ККАЛ-675, Б-17, Ж-25, У-108	67-33
обед			
60	Огурец свежий с маслом растит. зеленью огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-39, Ж-5, У-2	11-07
250/20/ 10	Борщ с фасолью, курицей, сметаной свекла свежая, куры-тушка потрош., капуста белокочанная свежая, фасоль, лук репка, сметана 15%, морковь св, томат-паста, масло сливочное, лимон свежий, чеснок свежий, соль йодированная, сахар-песок, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-158, Б-8, Ж-8, У-10	28-58
240	Рагу из кур картофель св, куры-филе, морковь св, лук репка, масло сливочное, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-354, Б-19, Ж-16, У-31	51-06
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	25-00
80	Хлеб пшеничный	ККАЛ-188, Б-6, Ж-1, У-39	7-39
46	Хлеб ржаной	ККАЛ-79, Б-3, Ж-1, У-15	3-88
Итого за обед		ККАЛ-928, Б-36, Ж-32, У-124	126-98
полдник			
200	Йогурт	ККАЛ-172, Б-6, Ж-5, У-26	26-80
100	Мандарины свежие	ККАЛ-46, Б-1, У-11	32-80
75	Кекс Триумф	ККАЛ-300, Б-10, Ж-11, У-40	34-00
Итого за полдник		ККАЛ-518, Б-17, Ж-16, У-77	93-60
Итого за день		ККАЛ-2 121, Б-70, Ж-73, У-309	287-91

Директор
МБОУ СОШ



ИП Брель



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)
завтрак			
50	Помидор свежий с маслом раст помидоры свежие, масло растительное	ККАЛ-55, Ж-5, У-2	13-96
70	Биточки Наймушина (печень) куры-филе, печень мясная, геркулес, лук репка, масло сливочное, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-202, Б-9, Ж-10, У-35	26-16
150	Картофель молочный картофель св, масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-130, Б-5, Ж-5, У-18	14-04
200	Какао с молоком сахар-песок, молоко сухое 25%, какао-порошок	ККАЛ-133, Б-4, Ж-4, У-20	10-77
56	Батон белый	ККАЛ-145, Б-4, Ж-2, У-28	7-14
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, У-13	3-37
Итого за завтрак		ККАЛ-733, Б-25, Ж-26, У-116	75-44
обед			
100	Огурец свежий с маслом растит. зеленью огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-65, Б-1, Ж-9, У-3	18-46
250/10	Борщ с картофелем, сметаной картофель св, свекла свежая, морковь св, лук репка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное, лимон свежий, сахар-песок, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-192, Б-2, Ж-5, У-22	19-14
280	Рагу из кур картофель св, куры-филе, морковь св, лук репка, масло сливочное, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-413, Б-22, Ж-18, У-36	59-57
200	Сок яблочный	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	20-00
76	Хлеб пшеничный	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	7-02
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	4-22
Итого за обед		ККАЛ-1 044, Б-34, Ж-35, У-142	128-41
полдник			
200	Йогурт	ККАЛ-172, Б-6, Ж-5, У-26	26-80
100	Мандарины свежие	ККАЛ-46, Б-1, У-11	20-50
75	Кекс Триумф	ККАЛ-300, Б-10, Ж-11, У-40	34-00
Итого за полдник		ККАЛ-518, Б-17, Ж-16, У-77	81-30
Итого за день		ККАЛ-2 295, Б-76, Ж-77, У-335	285-15

Директор
МБОУ СОШ

ИП Брель

Калькулятор

