

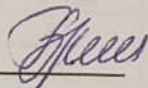
меню площадки (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
200	Каша пшенная молочная с маслом пшено илифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-250, Б-7, Ж-6, У-31	15-21
80	Омлет с маслом сливочным яйцо, молоко сухое 25%, масло сливочное, соль йодированная	ККАЛ-117, Б-8, Ж-9, У-2	19-80
200	Чай витаминный сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий	ККАЛ-92, У-22	4-99
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	5-10
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-53
10	Конфеты шоколадные	ККАЛ-52, Б-1, Ж-3, У-7	4-50
Итого за завтрак		ККАЛ-666, Б-21, Ж-19, У-92	52-13
<u>обед</u>			
60	Икра свекольная свекла свежая, масло растительное, лук репка, сахар-песок, чеснок свежий, соль йодированная	ККАЛ-109, Б-1, Ж-6, У-6	6-42
240	Плов из птицы куры-филе, рис о/п, морковь св, лук репка, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-332, Б-21, Ж-16, У-43	47-09
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	5-54
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-53
200	Суп крестьянский с курицей, сметаной. капуста белокочанная свежая, картофель св, куры-тушка потрош., сметана 15%, лук репка, морковь св, пшено илифованное, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-109, Б-4, Ж-7, У-7	13-52
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	25-00
Итого за обед		ККАЛ-852, Б-33, Ж-30, У-123	100-10
<u>полдник</u>			
200	Снежок	ККАЛ-158, Б-5, Ж-5, У-22	25-60
120	Мандарины свежие	ККАЛ-55, Б-1, У-13	20-50
50	Слойка свердловская	ККАЛ-279, Б-4, Ж-19, У-22	26-00
Итого за полдник		ККАЛ-492, Б-10, Ж-24, У-57	72-10
Итого за день		ККАЛ-2 010, Б-64, Ж-73, У-272	224-33

 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			
200	Каша пшенная молочная с маслом пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-250, Б-7, Ж-6, У-31	15-21
100	Омлет с маслом сливочным яйцо, молоко сухое 25%, масло сливочное, соль йодированная	ККАЛ-146, Б-10, Ж-11, У-2	24-76
200	Чай витаминный сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий	ККАЛ-92, У-22	4-99
56	Батон белый	ККАЛ-145, Б-4, Ж-2, У-28	7-14
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, У-13	3-37
20	Конфеты шоколадные	ККАЛ-105, Б-2, Ж-6, У-14	9-00
Итого за завтрак		ККАЛ-806, Б-26, Ж-25, У-110	64-47
обед			
100	Икра свекольная свекла свежая, масло растительное, лук репка, сахар-песок, чеснок свежий, соль йодированная	ККАЛ-182, Б-1, Ж-10, У-10	10-70
260	Суп крестьянский со сметаной капуста белокочанная свежая, картофель св, морковь св, лук репка, сметана 15%, пшено шлифованное, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-105, Б-2, Ж-6, У-10	11-38
280	Плов из птицы куры-филе, рис о/п, морковь св, лук репка, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-387, Б-24, Ж-18, У-50	54-94
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-1 048, Б-36, Ж-37, У-151	108-26
полдник			
200	Снежок	ККАЛ-158, Б-5, Ж-5, У-22	25-60
120	Мандарины свежие	ККАЛ-55, Б-1, У-13	20-50
50	Слойка свердловская	ККАЛ-279, Б-4, Ж-19, У-22	26-00
Итого за полдник		ККАЛ-492, Б-10, Ж-24, У-57	72-10
Итого за день		ККАЛ-2 346, Б-72, Ж-86, У-318	244-83

Директор
МБОУ СОШ

ИП Брель

Калькулятор

