

### меню площадки (7-11 лет)

| Выход (г)               | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                       | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>завтрак</b>          |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                |                               |
| 150                     | <b>Каша геркулес молочная с маслом</b><br><small>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</small>                                                                                     | ККАЛ-174, Б-5, Ж-9, У-19                                                       | 10-87                         |
| 20                      | <b>Соус Молочный ванильный</b><br><small>сахар-песок, молоко сухое 25%, мука в/с, масло сливочное, ванилин</small>                                                                                                       | ККАЛ-24, Б-1, Ж-1, У-3                                                         | 1-69                          |
| 200                     | <b>Чай с лимоном</b><br><small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>                                                                                                                                           | ККАЛ-62, У-15                                                                  | 3-29                          |
| 40                      | <b>Батон белый</b>                                                                                                                                                                                                       | ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20                                                       | 5-10                          |
| 30                      | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                                       | ККАЛ-51, Б-2, У-10                                                             | 2-53                          |
| 80                      | <b>Запеканка "Белоснежка" из творога</b><br><small>творог свежий 9%, рис, яйцо, сахар-песок, масло сливочное, сметана 15%, молоко сухое 25%, сухари паниров., масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>     | ККАЛ-248, Б-10, Ж-10, У-20                                                     | 31-85                         |
| <b>Итого за завтрак</b> |                                                                                                                                                                                                                          | ККАЛ-663, Б-21, Ж-21, У-87                                                     | 55-33                         |
| <b>обед</b>             |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                |                               |
| 60                      | <b>Помидор свежий порционный</b><br><small>помидоры св. масло растительное</small>                                                                                                                                       | ККАЛ-13, Б-1, У-2                                                              | 17-61                         |
| 250                     | <b>Щи по-уральски со сметаной</b><br><small>капуста белокочанная свежая, морковь св, лук репка, сметана 15%, томат-паста, рис, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small> | ККАЛ-178, Б-2, Ж-5, У-12                                                       | 15-92                         |
| 150                     | <b>Картофельное пюре</b><br><small>картофель св, масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>                                                                                                            | ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, У-20                                                       | 14-24                         |
| 60                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                                                    | ККАЛ-141, Б-5, У-30                                                            | 5-54                          |
| 46                      | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                                       | ККАЛ-79, Б-3, Ж-1, У-15                                                        | 3-88                          |
| 90                      | <b>Котлета Трио</b><br><small>фарш мясной, кури-филе, лук репка, масло растительное, батон нарезной, яйцо, крахмал картофельный, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>                                             | ККАЛ-280, Б-15, Ж-19, У-11                                                     | 36-40                         |
| 200                     | <b>Сок фруктовый 1/200</b>                                                                                                                                                                                               | ККАЛ-110, Ж-1, У-27                                                            | 25-00                         |
| <b>Итого за обед</b>    |                                                                                                                                                                                                                          | ККАЛ-919, Б-29, Ж-31, У-117                                                    | 118-59                        |
| <b>полдник</b>          |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                |                               |
| 200                     | <b>Ряженка</b>                                                                                                                                                                                                           | ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-8                                                        | 25-60                         |
| 170                     | <b>Яблоки свежие</b>                                                                                                                                                                                                     | ККАЛ-50, У-11                                                                  | 15-00                         |
| 50                      | <b>Круассан со сгущенкой</b>                                                                                                                                                                                             | ККАЛ-175, Б-2, Ж-1, У-49                                                       | 18-00                         |
| <b>Итого за полдник</b> |                                                                                                                                                                                                                          | ККАЛ-333, Б-8, Ж-6, У-68                                                       | 58-60                         |
| <b>Итого за день</b>    |                                                                                                                                                                                                                          | ККАЛ-1 915, Б-58, Ж-58, У-272                                                  | 232-52                        |

Директор  
МБОУ СОШ

ИП Брель

Калькулятор



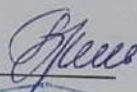
# меню площадки (12 лет и старше)

| Выход (г)               | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                       | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>завтрак</b>          |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                             |                         |
| 200                     | <b>Каша геркулес молочная с маслом</b><br><small>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</small>                                                                                     | ККАЛ-232, Б-6, Ж-11, У-26                                                   | 14-49                   |
| 70                      | <b>Запеканка творожно - вермишелевая</b><br><small>творог свежий 9%, вермишель, яйцо, сахар-песок, масло сливочное, сухари паниров., сметана 15%, соль йодированная, масло растительное</small>                          | ККАЛ-189, Б-10, Ж-9, У-15                                                   | 24-93                   |
| 20                      | <b>Соус Молочный ванильный</b><br><small>сахар-песок, молоко сухое 25%, мука в/с, масло сливочное, ванилин</small>                                                                                                       | ККАЛ-24, Б-1, Ж-1, У-3                                                      | 1-69                    |
| 200                     | <b>Чай с лимоном</b><br><small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>                                                                                                                                           | ККАЛ-62, У-15                                                               | 3-29                    |
| 40                      | <b>Батон белый</b>                                                                                                                                                                                                       | ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20                                                    | 5-10                    |
| 30                      | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                                       | ККАЛ-51, Б-2, У-10                                                          | 2-53                    |
| <b>Итого за завтрак</b> |                                                                                                                                                                                                                          | ККАЛ-662, Б-22, Ж-22, У-89                                                  | 52-03                   |
| <b>обед</b>             |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                             |                         |
| 100                     | <b>Помидор свежий порционный</b><br><small>помидоры св, масло растительное</small>                                                                                                                                       | ККАЛ-21, Б-1, У-4                                                           | 29-35                   |
| 200                     | <b>Щи по-уральски со сметаной</b><br><small>капуста белокочанная свежая, морковь св, лук репка, сметана 15%, томат-паста, рис, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small> | ККАЛ-142, Б-2, Ж-4, У-9                                                     | 12-73                   |
| 100                     | <b>Котлета Мамина</b><br><small>свинина п/ф, лук репка, геркулес, масло растительное, яйцо, сухари паниров., молоко сухое 25%, соль йодированная</small>                                                                 | ККАЛ-311, Б-17, Ж-21, У-12                                                  | 32-29                   |
| 150                     | <b>Картофельное пюре</b><br><small>картофель св, масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>                                                                                                            | ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, У-20                                                    | 14-24                   |
| 200                     | <b>Сок яблочный</b>                                                                                                                                                                                                      | ККАЛ-110, Ж-1, У-27                                                         | 20-00                   |
| 60                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                                                    | ККАЛ-141, Б-5, У-30                                                         | 5-54                    |
| 46                      | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                                       | ККАЛ-79, Б-3, Ж-1, У-15                                                     | 3-88                    |
| <b>Итого за обед</b>    |                                                                                                                                                                                                                          | ККАЛ-922, Б-31, Ж-32, У-117                                                 | 118-03                  |
| <b>полдник</b>          |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                             |                         |
| 200                     | <b>Ряженка</b>                                                                                                                                                                                                           | ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-8                                                     | 25-60                   |
| 170                     | <b>Яблоки свежие</b>                                                                                                                                                                                                     | ККАЛ-50, У-11                                                               | 15-00                   |
| 50                      | <b>Круассан со сгущенкой</b>                                                                                                                                                                                             | ККАЛ-175, Б-2, Ж-1, У-49                                                    | 18-00                   |
| <b>Итого за полдник</b> |                                                                                                                                                                                                                          | ККАЛ-333, Б-8, Ж-6, У-68                                                    | 58-60                   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                                                                                                                                                                                          | ККАЛ-1 917, Б-61, Ж-60, У-274                                               | 228-66                  |

Директор  
МБОУ СОШ



ИП Брель



Калькулятор

