

меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
250	Каша пшеничная молочная с маслом 240/10 <small>пшено, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль</small>	ККАЛ-161, Б-4, Ж-8, У-23	38-00
110	Омлет с сыром, с маслом сливочным 105/5 <small>яйцо, сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-174, Б-9, Ж-14, У-2	69-00
200	Напиток фруктовое ассорти' <small>смесь ягодная я-я, сахар</small>	ККАЛ-100, Б-1, У-23	17-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-628, Б-20, Ж-24, У-84	135-00
обед			
15	Закуска из свежих огурцов <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-14, Ж-1	10-00
100	Шницель по-Романовски 100 <small>куры грудка, свинина (окороч), лук репка, сухари паниров., масло растительное, соль</small>	ККАЛ-264, Б-14, Ж-13, У-16	64-00
180	Овощное пюре 180 <small>картофель, горох сухой, масло сливочное крестьянское 72,5 %, морковь, лук репка, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-169, Б-3, Ж-7, У-19	29-00
200	Кисель из свежих яблок <small>яблоки, сахар, крахмал картофельный, вишня сухая</small>	ККАЛ-117, У-29	20-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-796, Б-25, Ж-23, У-112	135-00
полдник			
50	Булочная мелочь со сгущенным молоком	ККАЛ-160, Б-9, Ж-8, У-18	25-00
200	Чай с сахаром с молоком 200 <small>сахар, молоко сухое 25%, чай</small>	ККАЛ-100, Б-2, Ж-1, У-20	9-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
Итого за полдник		ККАЛ-295, Б-11, Ж-10, У-46	63-00

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	Каша пшениная молочная с маслом 195/5 <small>пшено, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль</small>	ККАЛ-206, Б-6, Ж-6, У-31	24-00
45	Омлет с сыром <small>яйцо, сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-62, Б-5, Ж-6, У-1	27-00
200	Чай вишневый <small>сахар, вишня сухая, чай</small>	ККАЛ-93, У-23	6-00
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-508, Б-16, Ж-14, У-82	65-00
обед			
10	Закуска из свежих огурцов <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-9, Ж-1	6-00
200	Суп гороховый 200 <small>картофель, горох сухой, морковь, лук репка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-119, Б-4, Ж-4, У-19	9-00
90	Шницель по-Романовски <small>куры грудка, свинина (окорок), лук репка, сухари паниров., масло растительное, соль</small>	ККАЛ-258, Б-17, Ж-11, У-16	56-00
150	Овощное пюре 150 <small>картофель, горох сухой, масло сливочное крестьянское 72,5 %, морковь, лук репка, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-135, Б-3, Ж-7, У-16	25-00
200	Напиток из с/фр <small>сухофрукты, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-117, У-29	8-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-807, Б-30, Ж-24, У-115	113-00
полдник			
50	Пирожок с творогом <small>мука, творог свежий, сахар, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух, яйцо</small>	ККАЛ-221, Б-16, Ж-10, У-17	22-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
80	Яблоки свежие	ККАЛ-36, У-8	13-00
Итого за полдник		ККАЛ-430, Б-18, Ж-10, У-65	65-00

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
200	Каша пшеничная молочная с маслом 195/5 <small>пшено, молоко сухое 25% масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль</small>	ККАЛ-206, Б-6, Ж-6, У-31	24-00
54	Яйцо вареное	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	23-00
200	Чай вишневый <small>сахар, вишня сухая, чай</small>	ККАЛ-93, У-23	6-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак			64-00
<u>обед</u>			
15	Закуска из свежих огурцов <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-14, Ж-1	10-00
250	Суп гороховый 250 <small>картофель, горох сухой, морковь, лук репка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-126, Б-5, Ж-4, У-19	14-00
100	Шницель по-Романовски 100 <small>куры грудка, свинина (окорок), лук репка, сухари паниров., масло растительное, соль</small>	ККАЛ-264, Б-14, Ж-13, У-16	64-00
180	Овощное пюре 180 <small>картофель, горох сухой, масло сливочное крестьянское 72,5 %, морковь, лук репка, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-169, Б-3, Ж-7, У-19	29-00
200	Напиток из с/фр <small>сухофрукты, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-117, У-29	8-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
Итого за обед			137-00
<u>полдник</u>			
50	Пирожок с творогом <small>мука, творог свежий, сахар, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух, яйцо</small>	ККАЛ-221, Б-16, Ж-10, У-17	22-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
75	Яблоки свежие	ККАЛ-33, У-7	12-00
Итого за полдник			64-00

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.