

# меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г.)	Наименование блюда	н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость планируемая (руб)
<u>завтрак</u>			
155	Каша ячневая молочная с маслом 150/5	ккал-136, б-4, Ж-0, У-21	22-00
75	Запеканка творожная Школьная 75	ккал-137, б-9, Ж-7, У-11	52-00
25	Соус Ягодный	ккал-16, У-3	15-00
200	Чай фруктовый микс"	ккал-78, У-19	7-00
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-513, б-18, Ж-15, У-82	104-00
<u>Молочная Перемена</u>			
200	Молоко пастеризованное 2,5%	ккал-107, б-6, Ж-5, У-10	=
Итого за Молочная Перемена		ккал-107, б-6, Ж-5, У-10	=
<u>обед</u>			
10	Огурец свежий в нарезке	ккал-2	6-00
90	Шницель рубленый 90	ккал-277, б-17, Ж-14, У-15	60-00
150	Рис приуценный 150	ккал-191, б-4, Ж-4, У-35	21-00
200	Напиток из с/фр	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-756, б-27, Ж-19, У-114	104-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с яблоком	ккал-213, б-3, Ж-6, У-39	22-00
200	Раженка 2,5%	ккал-102, б-6, Ж-5, У-8	33-00
100	Мандарины свежие	ккал-35, б-1, У-8	33-00
Итого за полдник		ккал-350, б-9, Ж-11, У-55	88-00



Пермякова Е.В.  Пермякова Е.В. Калькулятор Пермякова Е.В. 





**меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	по: цель, акквал, белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (руб)
<u>завтрак</u>			
54	Яйцо вареное	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	20-00
200	Каша ячневая молочная с маслом 195/5	ККАЛ-136, Б-3, Ж-6, У-21	27-00
200	Чай с сахаром	ККАЛ-71, У-18	1-00
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>			<b>59-00</b>
<u>обед</u>			
210	Суп из овощей со сметаной 200/10	ККАЛ-97, Б-1, Ж-4, У-13	21-00
90	Шницель рубленый 90	ККАЛ-277, Б-17, Ж-14, У-15	60-00
150	Рис припущенный 150	ККАЛ-191, Б-1, Ж-1, У-35	21-00
200	Паниток из с/фр	ККАЛ-117, У-29	8-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-31, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>			<b>119-00</b>
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с яблоком	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	22-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
18	Мирмелад трицветик	ККАЛ-29, У-7	7-00
<b>Итого за полдник</b>			<b>59-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35



