

Меню основное (7-10 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 7			
10	Сыр порциями	ККАЛ-96, Б-3, Ж-3, Na-100, K-13, Ca-104, P-54	11-09
200/10	Каша молочная манная с маслом.	ККАЛ-235, Б-7, Ж-9, У-33, С-1, Na-828, K-160, Ca-138, Mg-32, P-127, Fe-1	25-21
<i>Манка, Молоко сухое 25%, Вода, Сахар, Соль, Масло сливочное в блюда.</i>			
50	Яйцо вареное	ККАЛ-79, Б-6, Ж-6, Na-96, K-77, Ca-28, Mg-27, P-93, Fe-1, Zn-1, E-1	17-29
200	Цикорий с молоком.	ККАЛ-119, Б-4, Ж-4, У-17, С-1, PP-1, Na-71, K-163, Ca-149, Mg-22, P-131, Zn-1	16-17
<i>Цикорий растворимый, Сахар, Вода, Молоко сухое 25%</i>			
30	Батон к чаю	ККАЛ-67, Б-2, Ж-1, У-15, Na-121, K-38, Ca-8, Mg-10, P-25	3-71
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7, Na-117, K-19, Ca-7, Mg-9, P-24	1-53
Итого за Завтрак 7			75
Обед			
10/200	Борщ с филе кур.	ККАЛ-83, Б-3, Ж-3, У-11, А-1, С-9, PP-1, Na-827, K-284, Ca-45, Mg-33, P-62, Fe-1	15-81
<i>Свекла св., Капуста св., Картофель св., Морковь св., Лук репка, Томат-паста, Масло сливочное в блюда, Сахар, Вода, Соль, Зелень сухая, Грудка куриная</i>			
Итого за Обед			15-81
Обед 7			
90/40	Ёжики кур с соусом кр. осн.	ККАЛ-184, Б-13, Ж-12, У-10, С-1, PP-3, Na-1172, K-193, Ca-32, Mg-29, P-73, Fe-3, Zn-1	39-98
<i>Грудка куриная, Рис, Вода, Лук репка, Соль, Масса п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Масло сливочное, Мука, Морковь св., Сахар</i>			
150	Спагетти отварные с сыром	ККАЛ-198, Б-7, Ж-6, У-35, PP-1, Na-224, K-41, Ca-61, Mg-12, P-68, Fe-1	22-31
<i>Спагетти, Вода, Масло сливочное в блюда, Соль, Сыр твердый</i>			
200	Напиток из шиповника.	ККАЛ-125, Б-1, У-30, А-1, С-240, Na-3, K-12, Ca-14, Mg-4, P-4, Fe-6	9-5
<i>Шиповник, Сахар, Вода</i>			
20	Хлеб белый пшеничный	ККАЛ-45, Б-2, У-10, Na-98, K-25, Ca-5, Mg-7, P-17	1-68
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7, Na-117, K-19, Ca-7, Mg-9, P-24	1-53
Итого за Обед 7			75
Итого за			165-81

Директор
МБОУ
"СОШ №15"
Попова Е.И.

Зав.

Фельдшер



Меню основное (11-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 11			
10	Сыр порциями	ККАЛ-96, Б-3, Ж-3, Na-100, K-13, Ca-104, P-54	11-09
200/10	Каша молочная манная с маслом.	ККАЛ-235, Б-7, Ж-9, У-33, С-1, Na-828, K-160, Ca-138, Mg-32, P-127, Fe-1	25-21
<i>Манка, Молоко сухое 25%, Вода, Сахар, Соль, Масло сливочное в блюда.</i>			
105/5	Омлет натур. с маслом.	ККАЛ-194, Б-11, Ж-16, У-2, Na-465, K-161, Ca-86, Mg-51, P-178, Fe-2, Zn-1, E-2	43-52
<i>Яйцо, Молоко сухое 25%, Вода, Масло сливочное, Соль</i>			
200	Цикорий с молоком.	ККАЛ-119, Б-4, Ж-4, У-17, С-1, PP-1, Na-71, K-163, Ca-149, Mg-22, P-131, Zn-1	16-17
<i>Цикорий растворимый, Сахар, Вода, Молоко сухое 25%</i>			
30	Батон к чаю	ККАЛ-67, Б-2, Ж-1, У-15, Na-121, K-38, Ca-8, Mg-10, P-25	3-71
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7, Na-117, K-19, Ca-7, Mg-9, P-24	1-53
Итого за Завтрак 11			102
Обед 11			
15/250	Борщ с филе кур.	ККАЛ-100, Б-4, Ж-4, У-14, А-1, С-11, PP-1, Na-843, K-360, Ca-53, Mg-40, P-83, Fe-2, Zn-1	20-39
<i>Свекла св., Капуста св., Картофель св., Морковь св., Лук репка, Томат-паста, Масло сливочное в блюда, Сахар, Вода, Соль, Грудка куриная, Зелень сухая</i>			
100/50	Ёжики курин с соусом кр. осн..	ККАЛ-207, Б-15, Ж-13, У-12, С-2, PP-3, Na-1364, K-220, Ca-37, Mg-33, P-82, Fe-3, Zn-1	42-13
<i>Грудка куриная, Рис, Вода, Лук репка, Соль, Масса п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Масло сливочное, Мука, Морковь св., Сахар</i>			
180	Спагетти отварные с сыром	ККАЛ-237, Б-8, Ж-7, У-41, PP-1, Na-269, K-48, Ca-73, Mg-15, P-81, Fe-1	26-77
<i>Спагетти, Вода, Масло сливочное в блюда, Соль, Сыр твердый</i>			
200	Напиток из шиповника.	ККАЛ-125, Б-1, У-30, А-1, С-240, Na-3, K-12, Ca-14, Mg-4, P-4, Fe-6	9-5
<i>Шиповник, Сахар, Вода</i>			
20	Хлеб белый пшеничный	ККАЛ-45, Б-2, У-10, Na-98, K-25, Ca-5, Mg-7, P-17	1-68
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7, Na-117, K-19, Ca-7, Mg-9, P-24	1-53
Итого за Обед 11			102
Итого за			204

Директор
МБОУ
"СОШ №15"
Попова Е.И.

Зав.

Фельдшер



(Меню дети с ОВЗ, ДИ 7-10 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 7 и			
200\10	Каша молочная манная с маслом. <i>Манка, Молоко сухое 25%, Вода, Сахар, Соль, Масло сливочное в блюде.</i>	ККАЛ-235, Б-7, Ж-9, У-33, С-1, Na-828, K-166, Ca-138, Mg-32, P-127, Fe-1	25-21
50	Яйцо вареное	ККАЛ-79, Б-6, Ж-6, Na-36, K-77, Ca-28, Mg-27, P-93, Fe-1, Zn-1, E-1	17-2
200	Чай французский (ваниль). <i>Чай, Вода, Сахар, Ванилин</i>	ККАЛ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	3-17
20	Батон к чаю	ККАЛ-44, Б-1, Ж-1, У-10, Na-80, K-25, Ca-5, Mg-7, P-16	2-47
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7, Na-117, K-19, Ca-7, Mg-9, P-24	1-53
Итого за Завтрак 7 и			49-58
Обед 7 и			
10\200	Борщ с филе кур. <i>Свекла св., Капуста св., Картофель св., Морковь св., Лук репка, Томат-паста, Масло сливочное в блюде, Сахар, Вода, Соль, Зелень сухая, Грудка куриная</i>	ККАЛ-83, Б-3, Ж-2, У-11, A-1, C-9, PP-1, Na-827, K-284, Ca-45, Mg-33, P-62, Fe-1	15-81
90\40	Ёжики кур с соусом кр. осн. <i>Грудка куриная, Рис, Вода, Лук репка, Соль, Масса п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Масло сливочное, Мука, Морковь св., Сахар</i>	ККАЛ-184, Б-13, Ж-12, У-10, C-1, PP-3, Na-172, K-193, Ca-32, Mg-29, P-73, Fe-3, Zn-1	37-96
165	Спагетти отварные .. <i>Спагетти, Вода, Масло сливочное в блюде, Соль</i>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-4, У-40, PP-1, Na-223, K-41, Ca-15, Mg-14, P-39, Fe-1	15-94
200	Напиток из шиповника . <i>Шиповник, Сахар, Вода</i>	ККАЛ-125, Б-1, У-30, A-1, C-240, Na-3, K-12, Ca-14, Mg-4, P-4, Fe-6	9-5
20	Хлеб белый пшеничный	ККАЛ-45, Б-2, У-10, Na-98, K-25, Ca-5, Mg-7, P-17	1-68
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7, Na-117, K-19, Ca-7, Mg-9, P-24	1-53
Итого за Обед 7 и			82-42
Итого за			132

Директор
МБОУ
"СОШ №5"
Попова Е.И.



Фельдшер

(Меню дети с ОВЗ, ДИ 11-17 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак 1 и			
10	Сыр порциями	ККАЛ-36, Б-3, Ж-3, Na-100, K-13, Ca-104, P-54	11-09
200\10	Каша молочная манная с маслом. <i>Манка, Молоко сухое 25%, Вода, Сахар, Соль, Масло сливочное в блюде.</i>	ККАЛ-235, Б-7, Ж-9, У-33, C-1, Na-828, K-166, Ca-138, Mg-32, P-127, Fe-1	25-21
50	Яйцо вареное	ККАЛ-79, Б-6, Ж-6, Na-36, K-77, Ca-28, Mg-27, P-93, Fe-1, Zn-1, E-1	17-2
200	Чай французский (ваниль). <i>Чай, Вода, Сахар, Ванилин</i>	ККАЛ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	3-17
20	Батон к чаю	ККАЛ-44, Б-1, Ж-1, У-10, Na-80, K-25, Ca-5, Mg-7, P-16	2-47
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7, Na-117, K-19, Ca-7, Mg-9, P-24	1-53
Итого за Завтрак 1 и			60-67
Обед 11 и			
15\250	Борщ с филе кур. <i>Свекла св., Капуста св., Картофель св., Морковь св., Лук репка, Томат-паста, Масло сливочное в блюде, Сахар, Вода, Соль, Грудка куриная, Зелень сухая</i>	ККАЛ-108, Б-4, Ж-4, У-14, A-1, C-11, PP-1, Na-843, K-360, Ca-53, Mg-46, P-85, Fe-2, Zn-1	20-39
100\50	Ёжики куриные с соусом кр. осн. <i>Грудка куриная, Рис, Вода, Лук репка, Соль, Масса п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Масло сливочное, Мука, Морковь св., Сахар</i>	ККАЛ-207, Б-19, Ж-13, У-12, C-2, PP-3, Na-1364, K-220, Ca-37, Mg-33, P-82, Fe-3, Zn-1	42-77
200	Спагетти отварные .. <i>Спагетти, Вода, Масло сливочное в блюде, Соль</i>	ККАЛ-124, Б-7, Ж-5, У-49, PP-1, Na-271, K-49, Ca-18, Mg-17, P-47, Fe-1	16-46
200	Напиток из шиповника . <i>Шиповник, Сахар, Вода</i>	ККАЛ-125, Б-1, У-30, A-1, C-240, Na-3, K-12, Ca-14, Mg-4, P-4, Fe-6	9-5
20	Хлеб белый пшеничный	ККАЛ-45, Б-2, У-10, Na-98, K-25, Ca-5, Mg-7, P-17	1-68
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7, Na-117, K-19, Ca-7, Mg-9, P-24	1-53
Итого за Обед 11 и			92-33
Итого за			153

Директор
МБОУ
"СОШ №5"
Попова Е.И.



Фельдшер