

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>			
30	Помидор св с маслом раст <i>помидоры свежие, масло растительное</i>	ККАЛ-33, Ж-3, У-1	8-28
80	Оладьи из печени с рисом <i>печень свиная, масло растительное, рис, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-195, Б-10, Ж-11, У-27	33-27
150	Картофель туш в соусе с луком <i>картофель св, лук репка, масло сливочное, сметана 15%, мука в/с, молоко сухое 25%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-148, Б-3, Ж-4, У-18	19-52
200	Какао с молоком <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, какао-порошок</i>	ККАЛ-133, Б-4, Ж-4, У-20	9-12
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	4-60
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
12	Мармелад	ККАЛ-39, У-11	3-12
Итого за завтрак		ККАЛ-703, Б-22, Ж-23, У-107	80-21
<u>обед</u>			
60	Огурец св с маслом растит. зеленью <i>огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-39, Ж-5, У-2	11-27
200	Борщ с картофелем, сметаной <i>картофель св, свекла свежая, морковь св, лук репка, сметана 15%, томат-паста, масло сливочное, лимон свежий, сахар-песок, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-148, Б-2, Ж-4, У-17	14-04
240	Рагу овощное детское с мясом. <i>картофель св, свинина п/ф, капуста белокочанная свежая, морковь св, лук репка, масло сливочное, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-274, Б-16, Ж-13, У-25	41-26
200	Сок яблочный	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	17-15
55	Хлеб пшеничный	ККАЛ-129, Б-4, У-27	4-61
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
Итого за обед		ККАЛ-751, Б-24, Ж-23, У-108	90-63
<u>полдник</u>			
200	Йогурт	ККАЛ-172, Б-6, Ж-5, У-26	24-00
175	Мандарины свежие	ККАЛ-81, Б-1, У-20	36-75
60	Круассан премиум	ККАЛ-175, Б-2, Ж-1, У-49	25-00
Итого за полдник		ККАЛ-428, Б-9, Ж-6, У-95	85-75
Итого за день		ККАЛ-1582, Б-55, Ж-52, У-310	256-59

Директор
МБОУ "СОШ № 39"



ИП Лоскутова
О.П.



Фельдшер

Handwritten signature

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>			
50	Огурец св. с кукурузой <i>огурцы свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-56, Б-1, Ж-5, У-3	12-12
60	Шницель кур духовой <i>куры грудка, хлеб белый нарезной, молоко сухое 25%, масло сливочное, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-113, Б-12, Ж-8, У-7	19-56
150	Гарнир каша перловая с овощами <i>перловка, масло сливочное, лук репка, морковь св, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-165, Б-4, Ж-10, У-20	13-68
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	4-60
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-73, У-18	2-18
24	Медмелад	ККАЛ-77, У-21	6-24
Итого за завтрак		ККАЛ-639, Б-22, Ж-24, У-99	60-68
<u>обед</u>			
60	Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-13, Б-1, У-2	17-44
200	Суп "Волна" <i>картофель св, яйцо, морковь св, лук репка, масло сливочное, лимон свежий, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-120, Б-4, Ж-4, У-12	12-65
90	Котлета мясная на пару <i>фарш мясной, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-300, Б-14, Ж-15, У-17	33-37
150	Макароньы отварные (регатоны) <i>макароньы (регатоны), масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-168, Б-5, Ж-8, У-32	10-25
200	Сок яблочный	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	17-15
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	5-03
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
Итого за обед		ККАЛ-903, Б-31, Ж-28, У-130	98-19
<u>полдник</u>			
200	Молоко свежее пастер.	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-5	13-92
97	Яблоки свежие	ККАЛ-43, У-10	15-52
75	Кекс творожный "Детский"	ККАЛ-300, Б-10, Ж-11, У-40	36-00
Итого за полдник		ККАЛ-450, Б-16, Ж-16, У-55	65-44
Итого за день		ККАЛ-1992, Б-69, Ж-68, У-284	224-31

Директор
МБОУ "СОШ
№ 39"



ИП Лоскутова



Фельдшер

Handwritten signature

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 рисовая молочная с маслом <i>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-248, Б-6, Ж-8, У-29	16-35
50	Яйцо вареное	ККАЛ-71, Б-6, Ж-5	10-00
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	7-30
200	Кофейный напиток (цикорий) <i>сахар-песок, кофейный напиток, молоко сухое 25%</i>	ККАЛ-129, Б-3, Ж-3, У-25	7-85
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	4-60
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
24	Мармелад	ККАЛ-77, У-21	6-24
Итого за завтрак		ККАЛ-746, Б-20, Ж-24, У-105	54-64
<u>обед</u>			
60	Огурец свежий порц. <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-8, У-2	11-32
200	Свекольник с картофелем, сметаной <i>свекла свежая, картофель св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок свежий, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-104, Б-2, Ж-6, У-18	9-83
90	Комлета оомашняя паровая <i>фарш мясной, хлеб белый нарезной, масло растительное, лук репка, сухари панирова., яйцо, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-276, Б-11, Ж-21, У-11	28-48
150	Горошница - пюре <i>горох сухой, лук репка, морковь св, масло сливочное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-250, Б-8, Ж-4, У-25	8-65
200	Сок шиповника <i>шиповник, сахар-песок</i>	ККАЛ-102, У-24	6-72
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	5-03
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
Итого за обед		ККАЛ-932, Б-28, Ж-31, У-120	72-33
<u>полдник</u>			
200	Йогурт	ККАЛ-172, Б-6, Ж-5, У-26	24-00
193	Апельсин свежий	ККАЛ-91, Б-2, У-23	29-91
90	Булочка слоеная с фруктовой начинкой	ККАЛ-435, Б-5, Ж-19, У-63	34-00
Итого за полдник		ККАЛ-698, Б-13, Ж-24, У-112	87-91
Итого за день		ККАЛ-2 376, Б-61, Ж-79, У-337	214-88

Директор
МБОУ "СОШ
№ 39"



ИП Лоскутова
О.П.



Фельдшер

[Handwritten signature]