

меню площадки (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
30	Помидор св с маслом раст помидоры свежие, масло растительное	ККАЛ-33, Ж-3, У-1	5-88
80	Биточки Наймушина (печень) куры-филе, печень мясная, геркулес, лук репка, масло сливочное, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-141, Б-12, Ж-7, У-7	25-02
150	Картофель туш в соусе с луком картофель св, лук репка, масло сливочное, сметана 15%, мука в/с, молоко сухое 25%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-148, Б-3, Ж-4, У-18	12-82
200	Какао с молоком сахар-песок, молоко сухое 25%, какао-порошок	ККАЛ-133, Б-4, Ж-4, У-20	7-92
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	4-59
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
10	Мармелад	ККАЛ-32, У-9	3-10
Итого за завтрак		ККАЛ-642, Б-24, Ж-19, У-85	61-63
обед			
60	Огурец св с маслом раст. зеленью огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-39, Ж-5, У-2	7-44
200	Борщ с картофелем, сметаной 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	ККАЛ-148, Б-2, Ж-4, У-17	10-59
240	Рагу овощ детское с мясом. картофель св, свинина п/ф, капуста белокочанная свежая, морковь св, лук репка, масло сливочное, мука в/с, соль йодированная	ККАЛ-274, Б-16, Ж-13, У-25	29-84
200	Сок яблочный	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	14-29
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	69-07
полдник			
200	Йогурт фруктовый 1/200	ККАЛ-172, Б-6, Ж-5, У-26	41-00
138	Мандарины свежие	ККАЛ-63, Б-1, У-15	24-84
80	Конвертик сл с начинкой	ККАЛ-216, Б-4, Ж-11, У-28	27-50
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	22-60
Итого за полдник		ККАЛ-561, Б-11, Ж-17, У-96	115-94
Итого за день		ККАЛ-1 954, Б-59, Ж-59, У-289	246-64

Директор
МБОУ "СОШ
№ 19"

ИП Лоскутова
О.П.

Фельдшер

Мухомова А.А.

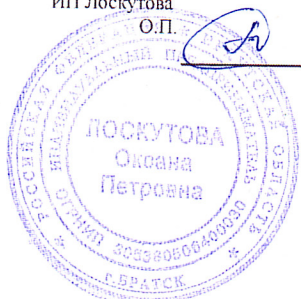
меню площадки (12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
50	Помидор св с маслом раст <i>помидоры свежие, масло растительное</i>	ККАЛ-55, Ж-5, У-2	9-81
70	Биточки Наймушина (печень) <i>куры-филе, печень мясная, геркулес, лук репка, масло сливочное, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-124, Б-10, Ж-6, У-6	21-89
150	Картофель молочный <i>картофель св, масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-130, Б-5, Ж-5, У-18	8-48
200	Какао с молоком <i>сахар-песок, молоко сухое 25%, какао-порошок</i>	ККАЛ-133, Б-4, Ж-4, У-20	7-92
56	Батон белый	ККАЛ-145, Б-4, Ж-2, У-28	6-42
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, У-13	3-06
Итого за завтрак		ККАЛ-655, Б-26, Ж-22, У-87	57-58
обед			
100	Огурец св с маслом раст. зеленью <i>огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-65, Б-1, Ж-9, У-3	12-39
250/10	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-192, Б-2, Ж-5, У-22	13-77
280	Рагу из кур <i>картофель св, куры-филе, морковь св, лук репка, масло сливочное, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-413, Б-22, Ж-18, У-36	43-69
200	Сок яблочный	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	14-29
76	Хлеб пшеничный	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	6-37
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	3-83
Итого за обед		ККАЛ-1 044, Б-34, Ж-35, У-142	94-34
полдник			
200	Йогурт фруктовый 1/200	ККАЛ-172, Б-6, Ж-5, У-26	41-00
138	Мандарины свежие	ККАЛ-63, Б-1, У-15	24-84
80	Конвертик сл с начинкой	ККАЛ-216, Б-4, Ж-11, У-28	27-50
Итого за полдник		ККАЛ-451, Б-11, Ж-16, У-69	93-34
Итого за день		ККАЛ-2 150, Б-71, Ж-73, У-298	245-26

Директор
МБОУ "СОШ
№ 19"



ИП Лоскутова
О.П.



Фельдшер

Мурова А.А.