31.05.2021 (7-11 лет, 1пн)

оздоровительный сезон (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	завтрак		
50	**Шницель кур духовой** Куры-филе, Молоко сухое 25%, Хлеб белый нарезной	ККАЛ-87, Б-9, Ж-4, У-5	15-32
150	**Гарнир каша гречка вязкая** Гречка, Масло сливочное, Соль	ККАЛ-125, Б-5, Ж-2, У-21	3-53
10	**Сыр порциями**	ККАЛ-33, Б-3, Ж-3	4-37
10	**Масло сливочное**	ККАЛ-66, Ж-7	4-4
200	**Чай с сахаром** Чай, Сахар	ККАЛ-63, У-15	1-59
40	**Батон**	ККАЛ-105, Б-3, Ж-1, У-21	3-3
30	**Хлеб ржаной**	ККАЛ-54, Б-2, У-10	1-85
20	**Мармелад**	ККАЛ-60, У-15	2-8
	Итого за завтрак	ККАЛ-594, Б-22, Ж-18, У-87	37-16
	обед		
60	**Огурец свежий**	ККАЛ-9, У-2, С-1	7-65
200	**Суп рыбный (консервы)** Картофель св, Лук репка, Морковь св, Консерва сайра в/м, Рис, Масло растительное	ККАЛ-151, Б-5, Ж-9, У-11, С-1	13-68
90	**Котлета по- Хлыновски** Фарш мясной, Картофель св, Лук репка, Яйцо, Сухари паниров., Масло сливочное, Соль	ККАЛ-290, Б-10, Ж-21, У-11, С-4	31-03
150	**Макароны отварные (рожки)** Макароны (рожки) фасовка, Масло сливочное, Соль	ККАЛ-182, Б-5, Ж-4, У-37	4-16
200	**Сок фруктовый1/200**	ККАЛ-110, Б-1, У-25, С-8	13
50	**Хлеб пшеничный**	ККАЛ-118, Б-4, У-25	3-09
30	**Хлеб ржаной**	ККАЛ-54, Б-2, У-10	1-85
	Итого за обед	ККАЛ-914, Б-28, Ж-35, У-120, С-13	74-46
	полдник		
200	**Йогурт**	ККАЛ-142, Б-6, Ж-5, У-14	19-2
30	**Булочка молочная** Мука, Молоко сухое 25%, Сахар, Масло сливочное, Дрожжи сух, Масло растительное	ККАЛ-93, Б-3, Ж-2, У-17	2-05
179,65	**Яблоки свежие**	ККАЛ-85, Б-1, Ж-1, У-18, С-2	24-3
	Итого за полдник	ККАЛ-320, Б-9, Ж-8, У-48, С-2	45-55
	Итого за	ККАЛ-1 828, Б-59, Ж-60, У-256, С-15	157-17

ООО "Школьное питание"

Директор МБОУ "СОШ"

МБУДО «ЭБЦ»

31.05.2021 (12-18 лет, 1пн)

оздоровительный сезон (12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	завтрак		
80	**Шницель кур духовой** Куры-филе, Молоко сухое 25%, Хлеб белый нарезной	ККАЛ-140, Б-14, Ж-6, У-8	24-5
250	**Гарнир каша гречка вязкая** Гречка, Масло сливочное, Соль	ККАЛ-209, Б-8, Ж-4, У-35	5-88
10	**Масло сливочное**	ККАЛ-66, Ж-7	4-4
200	**Чай с сахаром** Чай, Сахар	ККАЛ-63, У-15	1-59
50	**Батон**	ККАЛ-131, Б-4, Ж-1, У-26	4-13
40	**Хлеб ржаной**	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-47
	Итого за завтрак	ККАЛ-681, Б-28, Ж-20, У-98	42-97
	обед		
100	**Огурец свежий**	ККАЛ-15, Б-1, У-3, С-1	12-75
250	**Суп рыбный (консервы)** Картофель св, Лук репка, Морковь св, Консерва сайра в/м, Рис, Масло растительное	ККАЛ-189, Б-6, Ж-11, У-14, С-1	17-1
100	**Котлета по- Хлыновски** Фарш мясной, Картофель св, Лук репка, Яйцо, Сухари паниров., Масло сливочное, Соль	ККАЛ-323, Б-12, Ж-23, У-12, С-4	34-48
180	**Макароны отварные (рожки)** Макароны (рожки) фасовка, Масло сливочное, Соль	ККАЛ-219, Б-6, Ж-5, У-44	4-99
70	**Хлеб пшеничный**	ККАЛ-165, Б-5, Ж-1, У-34	4-33
40	**Хлеб ржаной**	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-47
200	**Сок фруктовый**	ККАЛ-84, Б-1, Ж-1, У-25, С-4	9-8
	Итого за обед	ККАЛ-1 066, Б-34, Ж-41, У-146, С-10	85-92
	полдник		
200	**Йогурт**	ККАЛ-142, Б-6, Ж-5, У-14	19-2
50	**Булочка молочная** Мука, Молоко сухое 25%, Сахар, Масло сливочное, Дрожжи сух, Масло растительное	ККАЛ-155, Б-4, Ж-3, У-28	3-42
90	**Яблоки свежие**	ККАЛ-42, У-9, С-1	12-15
	Итого за полдник	ККАЛ-340, Б-11, Ж-9, У-51, С-1	34-77
	Итого за	ККАЛ-2 087, Б-73, Ж-69, У-295, С-11	163-66

ООО Школьное питание _____

Директор МБОУ "СОШ _____

01.06.2021 (7-11 лет, 1вт)

оздоровительный сезон (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	завтрак		
80/5	Запеканка творожно - вермишелевая с молоком сгущ. Творог свежий, Вермишель, Масло сливочное, Сахар, Яйцо, Соль, Масло растительное, Сухари паниров., Сметана 15%, Молоко сгущеное с/с	ККАЛ-175, Б-12, Ж-8, У-14	15-59
200/10	Каша манная молочная с маслом Манс, Молоко сухое 25%, Сахар, Соль, Масло сливочное	ККАЛ-205, Б-5, Ж-10, У-25	8-73
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	4-4
200	Чай русский (карамель) Чай, Сахар	ККАЛ-82, У-20	1-68
40	Батон	ККАЛ-105, Б-3, Ж-1, У-21	3-3
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7	1-24
	Итого за завтрак	ККАЛ-669, Б-22, Ж-26, У-86, С-1	34-94
	обед		
50/10	Помидор свежий с маслом р. Помидоры св, Масло растительное	ККАЛ-97, Ж-10, У-2, С-1	8-68
200/20/10	Суп овощной с тушенкой, сметаной. Картофель св, Капуста св, Лук репка, Морковь св, Горошек зеленый, Масло сливочное, Зелень сухая, Соль, Говядина-тушенка, Сметана 15%	ККАЛ-148, Б-5, Ж-9, У-11, С-3	18-54
90	Тефтели рыбные Минтай филе, Лук репка, Рис, Яйцо, Соль, Масло растительное	ККАЛ-102, Б-12, Ж-3, У-9	20-7
150	Картофельное пюре Картофель св, Масло сливочное, Молоко сухое 25%, Соль	ККАЛ-128, Б-3, Ж-4, У-22, С-5	9-99
200	Компот из вишни с Витамином С Вишня сухая, Сахар, Лимонная кислота	ККАЛ-138, У-35, С-50	5-37
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-118, Б-4, У-25	3-09
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-47
	Итого за обед	ККАЛ-802, Б-27, Ж-26, У-116, С-60	68-84
	полдник		
200	Молоко свежее	ККАЛ-116, Б-6, Ж-6, У-9	9-8
40	Пряники покупные	ККАЛ-134, Б-2, Ж-1, У-31	4-8
207,4	Апельсин свежий	ККАЛ-130, Б-3, Ж-1, У-23, С-15	19-67
	Итого за полдник	ККАЛ-381, Б-10, Ж-8, У-63, С-15	34-27
	Итого за	ККАЛ-1851, Б-59, Ж-60, У-266, С-76	138-05

ООО Школьное питание

Директор МБОУ "СОШ

МБУДО «ЭБЦ»

оздоровительный сезон (12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	завтрак		
80/5	Запеканка творожно - вермишелевая с молоком сгущ. *Творог свежий, Вермишель, Масло сливочное, Сахар, Яйцо, Соль, Масло растительное, Сухари панировочные, Сметана 15%, Молоко сгущеное с/с*	ККАЛ-175, Б-12, Ж-8, У-14	15-59
200/10	Каша манная молочная с маслом *Манка, Молоко сухое 25%, Сахар, Соль, Масло сливочное*	ККАЛ-205, Б-5, Ж-10, У-25	8-73
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	4-4
200	Чай русский (карамель) *Чай, Сахар*	ККАЛ-82, У-20	1-68
50	Батон	ККАЛ-131, Б-4, Ж-1, У-26	4-13
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-47
	Итого за завтрак	ККАЛ-731, Б-24, Ж-27, У-98, С-1	37
	обед		
100	Тефтели рыбные *Минтай филе, Лук репка, Рис, Яйцо, Соль, Масло растительное*	ККАЛ-113, Б-13, Ж-3, У-10, С-1	23-01
180	Картофельное пюре *Картофель св, Масло сливочное, Молоко сухое 25%, Соль*	ККАЛ-153, Б-4, Ж-5, У-26, С-6	11-99
200	Компот из вишни с Витамином С *Вишня сухая, Сахар, Лимонная кислота*	ККАЛ-138, У-35, С-50	5-37
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-165, Б-5, Ж-1, У-34	4-33
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-47
90/10	Помидор свежий с маслом раст. *Помидоры св, Масло растительное*	ККАЛ-103, Б-1, Ж-10, У-3, С-2	14-63
250/20/10	Суп овощной с тушенкой, сметаной *Картофель св, Капуста св, Лук репка, Морковь св, Горошек зеленый, Масло сливочное, Зелень сухая, Соль, Говядина-тушенка, Сметана 15%*	ККАЛ-140, Б-5, Ж-8, У-12, С-4	18-77
	Итого за обед	ККАЛ-883, Б-31, Ж-27, У-134, С-62	80-57
	полдник		
200	Молоко свежее	ККАЛ-116, Б-6, Ж-6, У-9	9-8
50	Пряники покупные	ККАЛ-168, Б-2, Ж-3, У-39	6
90	Яблоки свежие	ККАЛ-42, У-9, С-1	12-15
	Итого за полдник	ККАЛ-326, Б-8, Ж-8, У-57, С-1	27-95
	Итого за	ККАЛ-941, Б-63, Ж-62, У-289, С-64	145-52

ООО Школьное питание

Директор МБОУ "СОШ

МБУДО «ЭБЦ»

02.06.2021 (7-11 лет, 1ср)

оздоровительный сезон (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	завтрак		
200/10	**Каша пшенная молочная с маслом** *Пшено, Молоко сухое 25%, Сахар, Соль, Масло сливочное*	ККАЛ-277, Б-8, Ж-12, У-35	10-16
80	**Омлет** *Яйцо, Молоко сухое 25%, Масло сливочное, Соль*	ККАЛ-127, Б-8, Ж-10, У-2	11-37
200	**Чай с молоком** *Чай, Сахар, Молоко сухое 25%*	ККАЛ-119, Б-3, Ж-3, У-20	5-01
40	**Батон**	ККАЛ-105, Б-3, Ж-1, У-21	3-3
20	**Хлеб ржаной**	ККАЛ-36, Б-1, У-7	1-24
	Итого за завтрак	ККАЛ-664, Б-23, Ж-26, У-84, С-1	31-08
	обед		
60	**Огурец свежий**	ККАЛ-9, У-2, С-1	7-65
200/20	**Суп крестьянский с тушеным мясом** *Картофель св, Капуста св, Пшено, Морковь св, Лук репка, Масло растительное, Соль, Зелень сухая, Говядина-тушенка*	ККАЛ-125, Б-5, Ж-7, У-14, С-1	12-06
100	**Гуляш из курицы с морковью** *Куры-филе, Масло сливочное, Молоко сухое 25%, Морковь св, Мука, Соль*	ККАЛ-198, Б-15, Ж-13, У-3, С-1	30-53
150	**Гарнир Рис отварной** *Рис о/п, Масло сливочное, Соль*	ККАЛ-221, Б-4, Ж-7, У-38	7-82
200	**Сок фруктовый1/200**	ККАЛ-110, Б-1, У-25, С-8	13
50	**Хлеб пшеничный**	ККАЛ-118, Б-4, У-25	3-09
30	**Хлеб ржаной**	ККАЛ-54, Б-2, У-10	1-85
	Итого за обед	ККАЛ-835, Б-30, Ж-29, У-118, С-11	76
	полдник		
200	**Йогурт 1/200**	ККАЛ-142, Б-6, Ж-5, У-14	34
20	**Гренки сладкие ванильные** *Батон , Сахар, Ванилин , Масло сливочное*	ККАЛ-76, Б-2, Ж-3, У-16	3-51
179,6	**Яблоки свежие**	ККАЛ-85, Б-1, Ж-1, У-18, С-2	24-3
	Итого за полдник	ККАЛ-302, Б-8, Ж-8, У-47, С-2	61-81
	Итого за	ККАЛ-1 802, Б-62, Ж-63, У-249, С-14	168-89

ООО Школьное питание

ЭБУ

ЭБЦ

02.06.2021 (12-18 лет, 1ср)

оздоровительный сезон (12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	завтрак		
250/10	**Каша пшенная молочная с маслом.** Пшено, Молоко сухое 25%, Сахар, Соль, Масло сливочное	ККАЛ-350, Б-12, Ж-15, У-46, С-2	11-2
80	**Омлет** Яйцо, Молоко сухое 25%, Масло сливочное, Соль	ККАЛ-127, Б-8, Ж-10, У-2	11-37
10	**Масло сливочное**	ККАЛ-66, Ж-7	4-4
200	**Чай с молоком** Чай, Сахар, Молоко сухое 25%	ККАЛ-119, Б-3, Ж-3, У-20	5-01
50	**Батон**	ККАЛ-131, Б-4, Ж-1, У-26	4-13
40	**Хлеб ржаной**	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-47
	Итого за завтрак	ККАЛ-866, Б-29, Ж-37, У-107, С-2	38-58
	обед		
100	**Огурец свежий**	ККАЛ-15, Б-1, У-3, С-1	12-75
250/20	**Суп крестьянский с тушеным мясом.** Картофель св, Капуста св, Пшено, Морковь св, Лук репка, Масло растительное, Зелень сухая, Соль, Говядина-тушенка	ККАЛ-165, Б-8, Ж-12, У-15, С-5	13-86
100	**Гуляш из курицы с морковью** Куры-филе, Масло сливочное, Молоко сухое 25%, Морковь св, Мука, Соль	ККАЛ-198, Б-15, Ж-13, У-3, С-1	30-53
180	**Гарнир Рис отварной** Рис о/п, Масло сливочное, Соль	ККАЛ-266, Б-4, Ж-8, У-46	9-39
200	**Сок фруктовый**	ККАЛ-84, Б-1, Ж-1, У-25, С-4	9-8
70	**Хлеб пшеничный**	ККАЛ-165, Б-5, Ж-1, У-34	4-33
40	**Хлеб ржаной**	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-47
	Итого за обед	ККАЛ-965, Б-37, Ж-36, У-141, С-11	83-13
	полдник		
200	**Йогурт 1/200**	ККАЛ-142, Б-6, Ж-5, У-14	34
38	**Гренки сладкие ванильные** Батон , Сахар, Ванилин , Масло сливочное	ККАЛ-144, Б-3, Ж-5, У-30	6-67
90	**Яблоки свежие**	ККАЛ-42, У-9, С-1	12-15
	Итого за полдник	ККАЛ-328, Б-10, Ж-10, У-53, С-1	52-82
	Итого за	ККАЛ-2 158, Б-76, Ж-83, У-301, С-14	174-53

ООО Школьное питание

ЭБУ

03.06.2021 (7-11 лет, 1чт)

оздоровительный сезон (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	завтрак		
10	Сыр порциями	ККАЛ-33, Б-3, Ж-3	4-37
230/10	Каша рисовая молочная с маслом. Рис, Молоко сухое 25%, Сахар, Соль, Масло сливочное	ККАЛ-373, Б-9, Ж-15, У-50, С-1	15-67
200	Какао с молоком Какао-порошок, Молоко сухое 25%, Сахар	ККАЛ-154, Б-4, Ж-4, У-25	6-35
40	Батон	ККАЛ-105, Б-3, Ж-1, У-21	3-3
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, У-7	1-24
	Итого за завтрак	ККАЛ-701, Б-20, Ж-22, У-103, С-1	30-93
	обед		
60	Помидор свежий	ККАЛ-8, У-2, С-1	8-87
200/20	Суп гороховый с тушеным мясом. Горох сухой, Картофель св, Лук репка, Морковь св, Масло сливочное, Соль, Зелень сухая, Лавровый лист, Говядина-тушенка	ККАЛ-152, Б-7, Ж-6, У-14	13-21
90	Биточки школьные Фарш мясной, Хлеб белый нарезной, Молоко сухое 25%, Яйцо, Сухари паниров., Масло растительное, Соль	ККАЛ-366, Б-12, Ж-21, У-20	24-44
150	Картофель молочный Картофель св, Молоко сухое 25%, Масло сливочное, Мука, Соль, Зелень сухая	ККАЛ-142, Б-4, Ж-4, У-22, С-1	10-79
200	Компот из изюма с Витамином С Изюм, Сахар, Лимонная кислота	ККАЛ-115, У-29, С-40	4-6
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-118, Б-4, У-25	3-09
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-54, Б-2, У-10	1-85
	Итого за обед	ККАЛ-956, Б-29, Ж-32, У-122, С-43	66-85
	полдник		
200	Ряженка	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-8	16
40	Булочка с повидлом Мука, Молоко сухое 25%, Масло сливочное, Сахар, Дрожжи сух, Джем в ассортименте, Масло растительное	ККАЛ-137, Б-3, Ж-3, У-27	3-73
236	Апельсин свежий	ККАЛ-149, Б-3, Ж-1, У-26, С-17	19-67
	Итого за полдник	ККАЛ-393, Б-11, Ж-8, У-61, С-17	39-4
	Итого за	ККАЛ-2 050, Б-61, Ж-63, У-287, С-61	137-18

ООО Школьное питание

ЭБУ

03.06.2021 (12-18 лет, 1чт)

оздоровительный сезон (12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	завтрак		
10	Сыр порциями	ККАЛ-33, Б-3, Ж-3	4-37
250/10	Каша рисовая молочная с маслом Рис, Молоко сухое 25%, Сахар, Соль, Масло сливочное	ККАЛ-390, Б-10, Ж-14, У-55, С-1	15-96
200	Какао с молоком Какао-порошок, Молоко сухое 25%, Сахар	ККАЛ-154, Б-4, Ж-4, У-25	6-35
50	Батон	ККАЛ-131, Б-4, Ж-1, У-26	4-13
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-47
	Итого за завтрак	ККАЛ-781, Б-23, Ж-22, У-120, С-1	33-28
	обед		
100	Помидор свежий	ККАЛ-14, Б-1, У-4, С-2	14-79
250/25	Суп гороховый с тушеным мясом Горох сухой, Картофель св, Лук репка, Морковь св, Масло сливочное, Соль, Зелень сухая, Лавровый лист, Говядина-тушенка	ККАЛ-195, Б-12, Ж-11, У-25	16-52
100	Биточки школьные Фарш мясной, Хлеб белый нарезной, Молоко сухое 25%, Яйцо, Сухари паниров., Масло растительное, Соль	ККАЛ-406, Б-13, Ж-23, У-22	27-16
180	Картофель молочный Картофель св, Молоко сухое 25%, Масло сливочное, Мука, Соль, Зелень сухая	ККАЛ-171, Б-5, Ж-5, У-27, С-2	12-95
200	Компот из изюма с Витамином С Изюм, Сахар, Лимонная кислота	ККАЛ-115, У-29, С-40	4-6
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-165, Б-5, Ж-1, У-34	4-33
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-47
	Итого за обед	ККАЛ-1 138, Б-39, Ж-40, У-155, С-44	82-82
	полдник		
200	Йогурт	ККАЛ-142, Б-6, Ж-5, У-14	19-2
50	Булочка с повидлом Мука, Молоко сухое 25%, Масло сливочное, Сахар, Дрожжи сух, Джем в ассортименте, Масло растительное	ККАЛ-171, Б-3, Ж-3, У-33	4-67
90	Яблоки свежие	ККАЛ-42, У-9, С-1	12-15
	Итого за полдник	ККАЛ-355, Б-10, Ж-9, У-56, С-1	36-02
	Итого за	ККАЛ-2 274, Б-71, Ж-71, У-331, С-46	152-12

ООО Школьное питание _____

ЭБУ _____

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ ОГРН 1063804026190 «ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ» г. Иркутск г. Братск Иркутская область Российская Федерация

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ • ИРКУТСКАЯ ОБЛАСТЬ г. БРАТСК • Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования • Эколого-биологический Центр города Братска • МБУДО «ЭБЦ» ОГРН 1023800835816 ИНН 3803204110

04.06.2021 (7-11 лет, 1пт)

оздоровительный сезон (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	завтрак		
50	Яйцо вареное	ККАЛ-85, Б-7, Ж-6, У-1	6-74
200/10	Каша дружба с маслом.	ККАЛ-244, Б-6, Ж-11, У-33, С-1	10-35
	Рис, Пшено, Молоко сухое 25%, Сахар, Соль, Масло сливочное		
200	Кофейный напиток	ККАЛ-131, Б-2, Ж-2, У-26	4-98
	Кофейный напиток, Сахар, Молоко сухое 25%		
40	Батон	ККАЛ-105, Б-3, Ж-1, У-21	3-3
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-54, Б-2, У-10	1-85
	Итого за завтрак	ККАЛ-620, Б-21, Ж-20, У-90, С-1	27-22
	обед		
50/10	Огурец свежий с маслом	ККАЛ-97, Ж-10, У-1, С-5	7-66
	Огурцы св, Масло растительное		
200/20	Щи из св. капусты с картофелем мясом	ККАЛ-185, Б-4, Ж-8, У-8, С-17	14-1
	Картофель св, Капуста св, Морковь св, Лук репка, Масло сливочное, Соль, Лавровый лист, Говядина-тушенка		
90	Ёжики кур	ККАЛ-148, Б-15, Ж-7, У-7	27-35
	Куры-филе, Рис, Лук репка, Масло растительное, Соль		
100/50	Гарнир сложный картофель+капуста	ККАЛ-125, Б-3, Ж-5, У-21, С-3	11-73
	Картофель св, Молоко сухое 25%, Масло сливочное, Капуста св, Морковь св, Лук репка, Томат-паста, Мука, Соль, Сахар, Лимонная кислота		
200	Сок фруктовый1/200	ККАЛ-110, Б-1, У-25, С-8	13
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-118, Б-4, У-25	3-09
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-47
	Итого за обед	ККАЛ-856, Б-30, Ж-31, У-101, С-33	79-4
	полдник		
200	Йогурт 1/200	ККАЛ-142, Б-6, Ж-5, У-14	34
40	Булочка Ванильная	ККАЛ-129, Б-3, Ж-3, У-23	3-29
	Мука, Сахар, Масло сливочное, Соль, Дрожжи сух, Ванилин , Молоко сухое 25%		
179,6	Яблоки свежие	ККАЛ-85, Б-1, Ж-1, У-18, С-2	24-3
	Итого за полдник	ККАЛ-356, Б-10, Ж-9, У-55, С-2	61-59
	Итого за	ККАЛ-1 831, Б-60, Ж-60, У-246, С-36	168-21

ООО Школьное питание

ЭБУ

04.06.2021 (12-18 лет, 1пт)

оздоровительный сезон (12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	завтрак		
46	Яйцо вареное	ККАЛ-79, Б-6, Ж-6, У-1	6-2
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	4-4
250/10	Каша дружба с маслом Рис, Пшено, Молоко сухое 25%, Сахар, Соль, Масло сливочное	ККАЛ-309, Б-8, Ж-12, У-41, С-1	11-82
200	Кофейный напиток Кофейный напиток, Сахар, Молоко сухое 25%	ККАЛ-131, Б-2, Ж-2, У-26	4-98
50	Батон	ККАЛ-131, Б-4, Ж-1, У-26	4-13
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-47
	Итого за завтрак	ККАЛ-788, Б-23, Ж-29, У-107, С-1	34
	обед		
100	Огурец свежий	ККАЛ-15, Б-1, У-3, С-1	12-75
250/20	Щи из св. капусты с картофелем, мясом Картофель св, Капуста св, Морковь св, Лук репка, Масло сливочное, Говядина-тушенка, Соль, Лавровый лист	ККАЛ-154, Б-6, Ж-9, У-15, С-22	15-85
100	Ёжики кур Куры-филе, Рис, Лук репка, Масло растительное, Соль	ККАЛ-164, Б-16, Ж-8, У-8	30-39
100/80	Гарнир сложный картофель+капуста. Картофель св, Молоко сухое 25%, Масло сливочное, Капуста св, Морковь св, Лук репка, Томат-паста, Мука, Соль, Сахар, Лимонная кислота	ККАЛ-141, Б-4, Ж-5, У-20, С-4	14-29
200	Сок фруктовый	ККАЛ-84, Б-1, Ж-1, У-25, С-4	9-8
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-165, Б-5, Ж-1, У-34	4-33
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-47
	Итого за обед	ККАЛ-795, Б-36, Ж-24, У-120, С-31	89-88
	полдник		
200	Ряженка	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-8	16
50	Булочка Ванильная Мука, Сахар, Масло сливочное, Соль, Дрожжи сух, Ванилин , Молоко сухое 25%	ККАЛ-162, Б-4, Ж-4, У-29	4-12
90	Яблоки свежие	ККАЛ-42, У-9, С-1	12-15
	Итого за полдник	ККАЛ-312, Б-10, Ж-9, У-46, С-1	32-27
	Итого за	ККАЛ-1 895, Б-69, Ж-61, У-273, С-33	156-15

ООО Школьное питание

ЭБУ

05.06.2021 (7-11 лет, 3пн)

оздоровительный сезон (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	завтрак		
10	Сыр порциями	ККАЛ-33, Б-3, Ж-3	4-37
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	4-4
50	Шницель кур духовой Куры-филе, Молоко сухое 25%, Хлеб белый нарезной	ККАЛ-87, Б-9, Ж-4, У-5	15-32
150	Гарнир каша гречка вязкая Гречка, Масло сливочное, Соль	ККАЛ-125, Б-5, Ж-2, У-21	3-53
200	Чай с сахаром Чай, Сахар	ККАЛ-63, У-15	1-59
40	Батон	ККАЛ-105, Б-3, Ж-1, У-21	3-3
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-54, Б-2, У-10	1-85
20	Мармелад	ККАЛ-60, У-15	2-8
	Итого за завтрак	ККАЛ-594, Б-22, Ж-18, У-87	37-16
	обед		
60	Огурец свежий	ККАЛ-9, У-2, С-1	7-65
200	Суп рыбный (консервы) Картофель св, Лук репка, Морковь св, Консерва сайра в/м, Рис, Масло растительное	ККАЛ-151, Б-5, Ж-9, У-11, С-1	13-68
90	Котлета по- Хлыновски Фарш мясной, Картофель св, Лук репка, Яйцо, Сухари паниров., Масло сливочное, Соль	ККАЛ-290, Б-10, Ж-21, У-11, С-4	31-03
150	Макароны отварные (рожки) Макароны (рожки) фасовка, Масло сливочное, Соль	ККАЛ-182, Б-5, Ж-4, У-37	4-16
200	Сок фруктовый1/200	ККАЛ-110, Б-1, У-25, С-8	13
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-118, Б-4, У-25	3-09
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-54, Б-2, У-10	1-85
	Итого за обед	ККАЛ-914, Б-28, Ж-35, У-120, С-13	74-46
	полдник		
200	Йогурт 1/200	ККАЛ-142, Б-6, Ж-5, У-14	34
30	Булочка молочная Мука, Молоко сухое 25%, Сахар, Масло сливочное, Дрожжи сух, Масло растительное	ККАЛ-93, Б-3, Ж-2, У-17	2-05
117	Мандарины свежие	ККАЛ-44, Б-1, У-9, С-4	16-65
	Итого за полдник	ККАЛ-280, Б-10, Ж-7, У-40, С-5	52-7
	Итого за	ККАЛ-1 788, Б-59, Ж-60, У-248, С-18	164-32

ООО Школьное питание _____

ЭБУ _____

05.06.2021 (12-18 лет, 3пн)

оздоровительный сезон (12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	завтрак		
10	Масло сливочное	ККАЛ-66, Ж-7	4-4
80	Шницель кур духовой Куры-филе, Молоко сухое 25%, Хлеб белый нарезной	ККАЛ-140, Б-14, Ж-6, У-8	24-5
250	Гарнир каша гречка вязкая Гречка, Масло сливочное, Соль	ККАЛ-209, Б-8, Ж-4, У-35	5-88
200	Чай с сахаром Чай, Сахар	ККАЛ-63, У-15	1-59
50	Батон	ККАЛ-131, Б-4, Ж-1, У-26	4-13
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-47
	Итого за завтрак	ККАЛ-681, Б-28, Ж-20, У-98	42-97
	обед		
100	Огурец свежий	ККАЛ-15, Б-1, У-3, С-1	12-75
250	Суп рыбный (консервы) Картофель св, Лук репка, Морковь св, Консерва сайра в/м, Рис, Масло растительное	ККАЛ-189, Б-6, Ж-11, У-14, С-1	17-1
100	Котлета по- Хлыновски Фарш мясной, Картофель св, Лук репка, Яйцо, Сухари панировоч., Масло сливочное, Соль	ККАЛ-323, Б-12, Ж-23, У-12, С-4	34-48
180	Макароны отварные (рожки) Макароны (рожки) фасовка, Масло сливочное, Соль	ККАЛ-219, Б-6, Ж-5, У-44	4-99
200	Сок фруктовый	ККАЛ-84, Б-1, Ж-1, У-25, С-4	9-8
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-165, Б-5, Ж-1, У-34	4-33
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-47
	Итого за обед	ККАЛ-1 066, Б-34, Ж-41, У-146, С-10	85-92
	полдник		
200	Молоко свежее	ККАЛ-116, Б-6, Ж-6, У-9	9-8
50	Булочка молочная Мука, Молоко сухое 25%, Сахар, Масло сливочное, Дрожжи сух, Масло растительное	ККАЛ-155, Б-4, Ж-3, У-28	3-42
117	Мандарины свежие	ККАЛ-44, Б-1, У-9, С-4	22-2
	Итого за полдник	ККАЛ-316, Б-11, Ж-10, У-46, С-5	35-42
	Итого за	ККАЛ-2 063, Б-73, Ж-71, У-290, С-15	164-31

ООО Школьное питание _____

ЭБУ _____