

меню (12 лет и старше БП, РП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| завтрак | | | |
| 14 | Мармелад | ККАЛ-45, У-11 | 8-00 |
| 200 | Каша рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль водированная</small> | ККАЛ-137, Б-5, Ж-7, У-18 | 28-00 |
| 105/5 | Омлет с маслом <small>яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль водированная</small> | ККАЛ-206, Б-11, Ж-17, У-2 | 44-00 |
| 200 | Какао с молоком <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small> | ККАЛ-113, Б-4, Ж-4, У-15 | 25-00 |
| 15 | Сыр порционными | ККАЛ-56, Б-4, Ж-5 | 15-00 |
| 50 | Батон белый | ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25 | 6-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за завтрак | | | 129-00 |
| обед | | | |
| 10 | Помидор свежий порционный <small>помидоры св, масло растительное</small> | ККАЛ-2 | 7-00 |
| 75/50 | Ежики в томатно-сметанном соусе <small>свинина мясная нежирная п.ф, лук репчат, яйцо, рис, мука в с, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, соль водированная</small> | ККАЛ-249, Б-13, Ж-16, У-10 | 60-00 |
| 180 | Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль водированная</small> | ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24 | 32-00 |
| 200 | Напиток яблоки, вишня <small>вишня смесь замороженная св.мор, яблоки свежие, сахар-песок, лимон свежий</small> | ККАЛ-51, У-13 | 18-00 |
| 70 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34 | 7-00 |
| 50 | Хлеб ржаной | ККАЛ-102, Б-4, Ж-1, У-20 | 5-00 |
| Итого за обед | | | 129-00 |
| Итого за день | | | 258-00 |

Директор
Лицей №2

Кулишова Ю.М.

ИП Полякова

Полякова И.Е.

Калькулятор

меню (ДИ, ОВЗ12 и старше)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| завтрак | | | |
| 200 | Каша рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль водированная</small> | ККАЛ-137, Б-5, Ж-7, У-18 | 28-00 |
| 200/5 | Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small> | ККАЛ-43, У-11 | 7-00 |
| 40 | Батон белый | ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20 | 5-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за завтрак | | | 43-00 |
| обед | | | |
| 250/20/10 | Щи из св. капусты с курицей, сметаной <small>капуста белокочанная свежая, картофель св, курица грудка, морковь свежая, лук репчат, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль водированная, лавровый лист, зелень сушая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-143, Б-7, Ж-10, У-9 | 43-00 |
| 75/50 | Ежики в томатно-сметанном соусе <small>свинина мясная нежирная п.ф, лук репчат, яйцо, рис, мука в с, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, соль водированная</small> | ККАЛ-249, Б-13, Ж-16, У-10 | 60-00 |
| 180 | Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль водированная</small> | ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24 | 32-00 |
| 200 | Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small> | ККАЛ-41, У-10 | 5-00 |
| 60 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-141, Б-5, У-30 | 6-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-61, Б-2, У-12 | 3-00 |
| Итого за обед | | | 149-00 |
| Итого за день | | | 192-00 |

Директор
Лицей №2

Кулишова Ю.М.

ИП Полякова

Полякова И.Е.

Калькулятор