15.06.2021 (7-11 лет, 3вт)

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	16-00
200/10	**Каша манная молочная с маслом** Манка, Молоко сухое 25%, Сахар, Соль, Масло сливочное	ККАЛ-205, Б-5, Ж-10, У-25	9-00
10	**Масло сливочное**	ККАЛ-66, Ж-7	5-00
200	**Чай русский (карамель)** Чай, Сахар	ККАЛ-82, У-20	2-00
40	**Батон**	ККАЛ-105, Б-3, Ж-1, У-21	3-00
20	**Хлеб ржаной**	ККАЛ-36, Б-1, У-7	2-00
	Итого за завтрак	ККАЛ-669, Б-22, Ж-26, У-86, С-1	37-00
	обед		
50/10	**Помидор свежий с маслом р.** Помидоры св, Масло растительное	ККАЛ-97, Ж-10, У-2, С-1	9-00
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	18-00
90	**Тефтели рыбные** Минтай филе, Лук репка, Рис, Яйцо, Соль, Масло растительное	ККАЛ-102, Б-12, Ж-3, У-9	30-00
150	**Картофельное пюре** Картофель св, Масло сливочное, Молоко сухое 25%, Соль	ККАЛ-128, Б-3, Ж-5, У-22, С-5	15-00
200	**Компот из вишни с Витамином С** Вишня сухая, Сахар, Лимонная кислота	ККАЛ-138, У-35, С-50	5-00
50	**Хлеб пшеничный**	ККАЛ-118, Б-4, У-25	3-00
40	**Хлеб ржаной**	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-00
	Итого за обед	ККАЛ-802, Б-27, Ж-27, У-116, С-60	82-00
	полдник		
200	**Молоко свежее**	ККАЛ-116, Б-6, Ж-6, У-9	10-00
40	**Пряники покупные**	ККАЛ-134, Б-2, Ж-1, У-31	5-00
220	**Апельсин свежий**	ККАЛ-69, Б-1, У-12, С-8	26-00
	Итого за полдник	ККАЛ-320, Б-9, Ж-8, У-53, С-8	41-00
	Итого за	ККАЛ-1 790, Б-58, Ж-61, У-255, С-69	129-38

Полякова И.Е.

Директор МБОУ "СОШ № 9" _____ _____

15.06.2021 (12-18 лет, 3вт)

оздоровительный сезон (12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	завтрак		
80/10	**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-185, Б-13, Ж-8, У-15	16-83
200/10	**Каша манная молочная с маслом** Манка, Молоко сухое 25%, Сахар, Соль, Масло сливочное	ККАЛ-205, Б-5, Ж-10, У-25	8-93
10	**Масло сливочное**	ККАЛ-66, Ж-7	4-4
200	**Чай русский (карамель)** Чай, Сахар	ККАЛ-82, У-20	1-54
50	**Батон**	ККАЛ-131, Б-4, Ж-1, У-26	4-13
40	**Хлеб ржаной**	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-33
	Итого за завтрак	ККАЛ-741, Б-25, Ж-27, У-99, С-1	38-16
	обед		
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	19-19
100	**Тефтели рыбные** Минтай филе, Лук репка, Рис, Яйцо, Соль, Масло растительное	ККАЛ-113, Б-13, Ж-3, У-10, С-1	23-13
180	**Картофельное пюре** Картофель св, Масло сливочное, Молоко сухое 25%, Соль	ККАЛ-153, Б-4, Ж-5, У-26, С-6	12-21
200	**Компот из вишни с Витамином С** Вишня сухая, Сахар, Лимонная кислота	ККАЛ-138, У-35, С-50	5-15
70	**Хлеб пшеничный**	ККАЛ-165, Б-5, Ж-1, У-34	4-48
40	**Хлеб ржаной**	ККАЛ-72, Б-3, У-14	2-33
	Итого за обед	ККАЛ-883, Б-31, Ж-27, У-134, С-62	81-12
	полдник		
200	**Молоко свежее**	ККАЛ-116, Б-6, Ж-6, У-9	9-8
50	**Пряники покупные**	ККАЛ-168, Б-2, Ж-1, У-39	5-75
150	**Апельсин свежий**	ККАЛ-95, Б-2, У-17, С-11	14-25
	Итого за полдник	ККАЛ-379, Б-10, Ж-8, У-65, С-11	29-8
	Итого за	ККАЛ-2 003, Б-65, Ж-63, У-298, С-74	149-08

ФЕДЕРАЦИЯ ИРКУТСКАЯ ОБЛАСТЬ Г. БРАТСК ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ Полякова Ирина Владимировна ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ

Полякова И.В.

Директор
МБОУ "СОШ
№ 9" _____ _____