

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цев. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
54	Яйцо вареное	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	23-00
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	14-00
18	Мармелад трицветик	ККАЛ-29, У-7	6-00
165	Каша геркулес молочная с маслом 160/5	ККАЛ-218, Б-7, Ж-8, У-28	26-00
	<small>геркулес, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5% соль</small>		
200	Какао с молоком	ККАЛ-134, Б-4, Ж-3, У-23	26-00
	<small>молоко сухое 25%, сахар, какао-порошок</small>		
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак			104-00
обед			
90	Ежики куриные 60/30	ККАЛ-151, Б-12, Ж-5, У-9	35-00
	<small>курица рубленая, лук репчатый, масло растительное, мука, рис, томат-паста, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5% соль</small>		
150	Картофель отварной с маслом 150	ККАЛ-134, Б-3, Ж-4, У-22	32-00
	<small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>		
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	27-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за обед			104-00
полдник			
50	Булочка Домашняя 50	ККАЛ-178, Б-7, Ж-2, У-35	18-00
	<small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, маргарин, соль, дрожжи сухие, масло растительное</small>		
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	22-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
18	Мармелад трицветик	ККАЛ-29, У-7	6-00
Итого за полдник			63-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 33

Пермякова Т.В.
ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.
Калькулятор
Пермякова Е.В.



меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	14-00
200	Каши геркулес молочная с маслом 195/5 <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-261, Б-7, Ж-9, У-39	28-00
100	Омлет натуральный с маслом 95/5 <small>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-162, Б-9, Ж-13, У-1	54-00
200	Какао с молоком <small>молоко сухое 25%, сахар, какао-порошок</small>	ККАЛ-134, Б-4, Ж-3, У-23	26-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	9-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-785, Б-29, Ж-30, У-99	135-00
<u>обед</u>			
10	Закуска из свежих огурцов <small>огурцы свежие, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-9, Ж-1	8-00
120	Ежики куриные 75/45 <small>курица, лук репчатый, масло растительное, мука, рис, томат-паста, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-178, Б-13, Ж-7, У-12	46-00
180	Картофель отварной с маслом <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-161, Б-3, Ж-4, У-27	39-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	27-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	6-00
Итого за обед		ККАЛ-682, Б-27, Ж-13, У-110	135-00
<u>полдник</u>			
60	Булочка дорожная 60 <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сухие</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	21-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	22-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
36	Мармелад трайцветик	ККАЛ-59, У-15	12-00
Итого за полдник		ККАЛ-505, Б-13, Ж-19, У-71	72-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 3



Учитель Е.В. Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В. Калькулятор
Пермякова Е.В.



меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
54	Яйцо вареное	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	18-00
200	Каша геркулес молочная с маслом 195/5	ККАЛ-261, Б-7, Ж-9, У-39	28-00
200	Чай французский (ваниль)	ККАЛ-74, У-18	3-00
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак			58-00
обед			
210	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 200/10	ККАЛ-114, Б-3, Ж-8, У-7	23-00
90	Ежики куриные 60/30	ККАЛ-151, Б-12, Ж-5, У-9	35-00
150	Картофель отварной с маслом 150	ККАЛ-134, Б-3, Ж-4, У-22	32-00
200	Компот Десертный	ККАЛ-85, Б-1, У-20	20-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за обед			120-00
полдник			
75	Булочка Дорожная	ККАЛ-312, Б-10, Ж-13, У-41	28-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник			58-00

Директор
МБОУ СОШ № 35



Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
20	Повидло фруктовое	ККАЛ-430, Б-1, У-114	8-00
250	Каша геркулес молочная с маслом 245/5 <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-270, Б-8, Ж-12, У-32	34-00
200	Чай французский (ваниль) <small>чай, ваниль</small>	ККАЛ-74, У-18	3-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	9-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-966, Б-15, Ж-14, У-199	58-00
обед			
260	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10 <small>капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, тамаг-наста, соль, лавровый лист</small>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-17	23-00
120	Ежикки куриные 75/45 <small>курица, лук репка, масло растительное, мука, рис, тамаг-наста, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-178, Б-13, Ж-7, У-12	46-00
180	Картофель отварной с маслом <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-161, Б-3, Ж-4, У-27	39-00
200	Компот Десертный <small>соль, желатин жм, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-85, Б-1, У-20	20-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	6-00
Итого за обед		ККАЛ-792, Б-28, Ж-18, У-127	143-00
полдник			
75	Булочка Дорожная <small>мука, масло растительное крестьянское 72,5%, сахар, соль, дрожжи сух, масло растительное</small>	ККАЛ-312, Б-10, Ж-13, У-41	28-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-485, Б-12, Ж-13, У-81	58-00

Директор МБОУ СОШ № 35



Пермякова Е.В. Калькулятор
Пермякова Е.В.

