

**меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
54	<b>Яйцо вареное</b>	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	20-00
200	<b>Каша гречневая молочная с маслом 195/5</b> <small>гречка, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %</small>	ККАЛ-195, Б-7, Ж-8, У-24	26-00
200	<b>Чай русский (карамель)</b> <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-38, У-9	3-00
40	<b>Батон</b>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>			<b>57-00</b>
<u>обед</u>			
210	<b>Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 200/10</b> <small>капуста, картофель, морковь, говядина-тушенка, лук репка, томатная паста, масло растительное, соль, лавровый лист</small>	ККАЛ-114, Б-3, Ж-8, У-7	23-00
90	<b>Биточки рыбные Диетические с соусом 60/30</b> <small>минтай без потрохи, куриный грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, морковь, мука, томат-паста, масло растительное, лук репка, соль, сахар</small>	ККАЛ-233, Б-15, Ж-10, У-15	36-00
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	28-00
200	<b>Сок фруктовый (мультифрукт)</b>	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
65	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32	7-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за обед</b>			<b>121-00</b>
<u>полдник</u>			
60	<b>Булочка дорожная 60</b> <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	20-00
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
18	<b>Мармелад трицветик</b>	ККАЛ-29, У-7	7-00
<b>Итого за полдник</b>			<b>57-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова  
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор  
Пермякова Е.В.



Пермякова Е.В.

**меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
250	<b>Каша гречневая молочная с маслом 240/10</b> <small>гречка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль</small>	ККАЛ-264, Б-8, Ж-11, У-34	<b>36-00</b>
200	<b>Чай русский (карамель)</b> <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-38, У-9	<b>3-00</b>
50	<b>Батон</b>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	<b>8-00</b>
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	<b>3-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-495, Б-14, Ж-12, У-79	<b>50-00</b>
<b><u>обед</u></b>			
260	<b>Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10</b> <small>капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль, лавровый лист</small>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-17	<b>24-00</b>
100	<b>Биточки рыбные Диетические 100</b> <small>минтай б/е потрохи, куриный горошек, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-243, Б-15, Ж-11, У-15	<b>55-00</b>
180	<b>Картофельное пюре 180</b> <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	<b>34-00</b>
200	<b>Сок фруктовый абрикосовый</b>	ККАЛ-106, У-25	<b>25-00</b>
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	<b>8-00</b>
50	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	<b>5-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-877, Б-30, Ж-24, У-133	<b>151-00</b>
<b><u>полдник</u></b>			
60	<b>Булочка дорожная 60</b> <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	<b>20-00</b>
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	<b>30-00</b>
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-457, Б-9, Ж-12, У-77	<b>50-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова  
Е.В.

Пермякова Е.В. Калькулятор  
Пермякова Е.В.

ИП Пермякова Е.В.  
ИНН 350402256210

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>			
15	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-2	12-00
110	<b>Птица тушеная в соусе 60/50 (курица)</b> <small>куры грудка, сметана 15%, томат-паста, мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-128, Б-11, Ж-8, У-4	80-00
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
200	<b>Кофейный напиток на молоке</b> <small>сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%</small>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	14-00
50	<b>Батон</b>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-661, Б-28, Ж-19, У-94	<b>135-00</b>
<u>обед</u>			
50	<b>Салат из свеклы</b> <small>свекла, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-62, Б-1, Ж-4, У-4	8-00
100	<b>Биточки рыбные Диетические 100</b> <small>минтай б/г потрош, куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-243, Б-15, Ж-11, У-15	55-00
180	<b>Картофельное пюре 180</b> <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	34-00
200	<b>Сок фруктовый абрикосовый</b>	ККАЛ-106, У-25	25-00
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
50	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	5-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-820, Б-29, Ж-22, У-120	<b>135-00</b>
<u>полдник</u>			
75	<b>Булочка Дорожная</b> <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, дрожжи сух, масло растительное</small>	ККАЛ-312, Б-10, Ж-13, У-41	26-00
200	<b>Молоко питьевое пастеризованное 3,2%</b>	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	22-00
100	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-44, У-10	17-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-475, Б-16, Ж-20, У-60	<b>65-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35

Ушрова Т.В.

ИП Пермякова  
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор  
Пермякова Е.В.



**меню (Льгота 7-11 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
100	<b>Птица тушеная в соусе 50/50 (курица)</b> <small>куры грудка, сметана 15%, мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, соль</small>	ККАЛ-124, Б-11, Ж-8, У-4	<b>67-00</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая 150</b> <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	<b>15-00</b>
200	<b>Кофейный напиток на молоке</b> <small>сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%</small>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	<b>14-00</b>
40	<b>Батон</b>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	<b>6-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-589, Б-25, Ж-17, У-84	<b>104-00</b>
<b><u>обед</u></b>			
35	<b>Салат из свеклы</b> <small>свекла, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-44, Ж-3, У-3	<b>6-00</b>
90	<b>Биточки рыбные Диетические с соусом 60/30</b> <small>хлебцы б/г потрош, куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, морковь, мука, томат-паста, масло растительное, лук репка, соль, сахар</small>	ККАЛ-233, Б-15, Ж-10, У-15	<b>36-00</b>
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	<b>28-00</b>
200	<b>Сок фруктовый (мультифрукт)</b>	ККАЛ-85, Б-1, У-20	<b>25-00</b>
65	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32	<b>7-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>2-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-681, Б-26, Ж-18, У-96	<b>104-00</b>
<b><u>полдник</u></b>			
60	<b>Булочка дорожная 60</b> <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	<b>20-00</b>
200	<b>Молоко питьевое пастеризованное 3,2%</b>	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	<b>22-00</b>
100	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-44, У-10	<b>17-00</b>
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-446, Б-13, Ж-19, У-56	<b>59-00</b>



Директор  
МБОУ СОШ № 35  
Уварова Т.В.  
ИП Пермякова  
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор  
Пермякова Е.В.

