

## меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
10	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-2	6-00
90	Биточки Наймушина (печень) <small>печень говяжья, куриный грудка, геркулес, лук репчатый, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-186, Б-7, Ж-13, У-11	58-00
150	Картофель тушеный <small>картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5%, лук</small>	ККАЛ-126, Б-3, Ж-4, У-19	25-00
200	Чай с сахаром, лимоном <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	7-00
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-538, Б-14, Ж-19, У-76	104-00
<u>Молочная Перемена</u>			
200	Молоко питьевое пастеризованное 2,5%	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
Итого за Молочная Перемена		ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
<u>обед</u>			
90	Котлета мясная Особая <small>свинина (лопатка), фарш мясной, хлеб пшеничный (резаный), сухари панировочные, масло сливочное крестьянское 72,5%</small>	ККАЛ-252, Б-13, Ж-12, У-11	69-00
30	Соус Красный основной <small>морковь, томат-паста, мука, лук репчатый, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>	ККАЛ-12, У-2	3-00
150	Макаронные изделия (ригетони) 150 <small>макаронные изделия (ригетони), масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-1, У-33	15-00
200	Напиток из с/фр <small>сухофрукты, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-117, У-29	8-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-737, Б-25, Ж-17, У-110	104-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с яблоком <small>тесто соевое ороженное, фарш яблочный, масло растительное, мислалле, мука</small>	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	25-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	23-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
Итого за полдник		ККАЛ-348, Б-9, Ж-11, У-54	77-00

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35

Уварова 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>			
25	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-4, У-1	14-00
100	<b>Биточки Наймушина (печень)</b>	ККАЛ-207, Б-8, Ж-14, У-12	64-00
	<small>печень свиная, куриный грудка, геркулес, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль</small>		
180	<b>Картофель тушеный</b>	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23	30-00
	<small>картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5%, мука</small>		
200	<b>Кофейный напиток "Здоровье"</b>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	16-00
	<small>сахар, молоко сухое 25%, цикорий</small>		
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-668, Б-20, Ж-23, У-93	135-00
<u>обед</u>			
25	<b>Салат из свежих помидоров</b>	ККАЛ-25, Ж-2, У-1	16-00
	<small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>		
100	<b>Котлета мясная Особая 100</b>	ККАЛ-280, Б-15, Ж-13, У-13	78-00
	<small>говядина (лопатка), фарш мясной, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5%</small>		
30	<b>Соус Красный основной</b>	ККАЛ-12, У-2	3-00
	<small>морковь, томат-паста, мука, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>		
180	<b>Макароньы отварные (ригетони)</b>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
	<small>макароньы (ригетони), масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>		
200	<b>Напиток из с/фр</b>	ККАЛ-117, У-29	8-00
	<small>сухофрукты, сахар, лимонная кислота</small>		
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-865, Б-29, Ж-22, У-126	135-00
<u>полдник</u>			
75	<b>Булочка с творогом</b>	ККАЛ-198, Б-11, Ж-4, У-29	36-00
	<small>мука, творог свежий 9%, сахар, яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, орехи суш.</small>		
200	<b>Кефир 2,5%</b>	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	23-00
100	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-333, Б-18, Ж-9, У-44	88-00

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35

Уварова Т.В.

ИП 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)
<u>завтрак</u>			
10	<b>Сыр в нарезке</b>	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	11-00
200	<b>Каша манная молочная с маслом 195/5</b> <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5% сахар, соль</small>	ККАЛ-180, Б-4, Ж-9, У-21	21-00
40	<b>Омлет натуральный</b> <small>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-59, Б-3, Ж-5	19-00
200	<b>Чай русский (карамель)</b> <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-38, У-9	5-00
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>		ККАЛ-459, Б-15, Ж-18, У-58	<b>64-00</b>
<u>обед</u>			
200	<b>Суп гороховый 200</b> <small>картофель, горох сухой, морковь, лук репка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-119, Б-4, Ж-4, У-19	13-00
90	<b>Котлета мясная Особая</b> <small>свинина (лопатка), фарш мясной, хлеб пшеничный (ржаной), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5%</small>	ККАЛ-252, Б-13, Ж-12, У-11	69-00
150	<b>Макароньы отварные (ригати) 150</b> <small>макаронья (ригати), масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	<b>Напиток из с/фр</b> <small>сухофрукты, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-117, У-29	8-00
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-844, Б-29, Ж-21, У-127	<b>114-00</b>
<u>полдник</u>			
75	<b>Пирожок с яблоком</b> <small>тесто соевое дрожжевое, фарш яблочный, масло растительное, мясной, мука</small>	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	25-00
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
50	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-22, У-5	9-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-408, Б-5, Ж-6, У-84	<b>64-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35

Уварова Т. В.

ИП Пермякова  
Е. В.

Пермякова Е. В.

Калькулятор  
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)
<u>завтрак</u>			
15	<b>Сыр в нарезке</b>	ККАЛ-52, Б-4, Ж-4	17-00
250	<b>Каша манная молочная с маслом 245/5</b>	ККАЛ-214, Б-6, Ж-10, У-26	24-00
	<small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5% сахар, соль</small>		
200	<b>Чай русский (карамель)</b>	ККАЛ-38, У-9	5-00
	<small>сахар, чай</small>		
45	<b>Батон</b>	ККАЛ-127, Б-3, Ж-1, У-23	7-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-465, Б-15, Ж-15, У-65	55-00
<u>обед</u>			
25	<b>Салат из свежих помидоров</b>	ККАЛ-25, Ж-2, У-1	16-00
	<small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>		
250	<b>Суп гороховый 250</b>	ККАЛ-126, Б-5, Ж-4, У-19	14-00
	<small>картофель, горох сухой, морковь, лук репка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>		
100	<b>Котлета мясная Особая 100</b>	ККАЛ-280, Б-15, Ж-13, У-13	78-00
	<small>свинина (лопатка), фарш мясной, хлеб пшеничный (ржаной), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5%</small>		
180	<b>Макароньы отварные (ригатони)</b>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
	<small>макароньы (ригатони), масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>		
200	<b>Напиток из с/фр</b>	ККАЛ-117, У-29	8-00
	<small>сухофрукты, сахар, лимонная кислота</small>		
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-979, Б-34, Ж-25, У-143	146-00
<u>полдник</u>			
75	<b>Пирожок с яблоком</b>	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	25-00
	<small>тесто соевое ороженное, фарш яблочный, масло растительное, яйцо куриц., мука</small>		
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-10	30-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-386, Б-5, Ж-6, У-79	55-00

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова  
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор  
Пермякова Е.В.

