

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>			
90	Ежики рыбные 60/30 <small>минтай без костей, лук репчатый, куриный грудка, масло растительное, мука, рис, пшеница-паста, морковь, сахар</small>	ККАЛ-143, Б-5, Ж-10, У-10	35-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	32-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	28-00
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		ККАЛ-508, Б-14, Ж-16, У-77	104-00
<u>обед</u>			
90	Биточки из птицы 90 (курица) <small>курица грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари панировые, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-167, Б-16, Ж-7, У-12	50-00
150	Рис по-монастырски 150 <small>лук репчатый, рис, морковь, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-195, Б-3, Ж-5, У-31	19-00
200	Сок фруктовый абрикосовый	ККАЛ-106, У-25	25-00
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		ККАЛ-636, Б-25, Ж-12, У-102	104-00
<u>полдник</u>			
50	Булочка Веснушка 50 <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, металлж, соль, дражжеи суя, масло растительное</small>	ККАЛ-164, Б-4, Ж-6, У-24	13-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	35-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	18-00
Итого за полдник		ККАЛ-361, Б-10, Ж-11, У-55	66-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Удирова 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)
завтрак			
100	Комплета рыбная 'Емеля' <small>минтай б/г пантрон, пилорое свежий 9%, кури грудка, лук репка, сушари пантрон, масло растительное, манка, яйцо, соль</small>	ККАЛ-120, Б-5, Ж-5, У-14	69-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 23%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	39-00
200	Чай ягодный <small>вишня свежемороженая, сахар, чай</small>	ККАЛ-55, У-13	14-00
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-527, Б-15, Ж-13, У-87	135-00
обед			
25	Закуска из свежих огурцов <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-23, Ж-2, У-1	18-00
280	Плов с курицей 280 <small>кури грудка, рис, масло растительное, лук репка, морковь, салат-паста, соль</small>	ККАЛ-391, Б-16, Ж-16, У-44	91-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоко, сахар, вишня сухая, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	12-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	5-00
Итого за обед		ККАЛ-738, Б-24, Ж-20, У-115	135-00
полдник			
100	Булочка Веснушка 100 <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, меланж, соль, дрожжи сух, масло растительное</small>	ККАЛ-328, Б-8, Ж-12, У-47	25-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	35-00
100	Яблоко свежие	ККАЛ-44, У-10	18-00
Итого за полдник		ККАЛ-525, Б-13, Ж-17, У-79	78-00

Директор
МБОУ СОШ №338

Унирова 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>			
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
200	Каши пшеничная молочная с маслом 195/5	ККАЛ-215, Б-5, Ж-10, У-23 <small>пшено, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>	27-00
200	Чай с сахаром	ККАЛ-74, Б-18, У-9 <small>сахар, чай</small>	4-00
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		ККАЛ-481, Б-28, Ж-12, У-69	57-00
<u>обед</u>			
10	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-1	7-00
210	Борщ с капустой и картофелем 200/10	ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18 <small>свекла, капуста, картофель, сметана 15%, морковь, лук репчатый, масло растительное, помидор-паста, сахар, соль, лимонная кислота</small>	23-00
90	Биточки из птицы 90 (курица)	ККАЛ-167, Б-16, Ж-7, У-12 <small>курица грудка, хлеб пшеничный (резаный), сахар, сливочное масло, растительное, соль</small>	50-00
150	Рис по-монастырски 150	ККАЛ-195, Б-3, Ж-5, У-31 <small>лук репчатый, рис, морковь, масло растительное, соль</small>	19-00
200	Напиток яблочно-вишневый	ККАЛ-92, У-23 <small>яблоки, сахар, вишня сушеная, лимонная кислота</small>	12-00
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		ККАЛ-733, Б-27, Ж-18, У-118	121-00
<u>полдник</u>			
80	Пряник промышленный	ККАЛ-269, Б-4, Ж-2, У-62	27-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-442, Б-6, Ж-2, У-103	57-00

Директор
МБОУ СОШ
№33



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)
завтрак			
250	Каши пшеничная молочная с маслом 245/5 <small>пшени, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-165, Б-4, Ж-8, У-24	31-00
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-74, Б-18, У-9	4-00
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-432, Б-28, Ж-10, У-69	48-00
обед			
15	Закуска из свежих огурцов <small>огурцы свежие, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-14, Ж-1	10-00
260	Борщ с капустой и картофелем 250/10 <small>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</small>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-20	26-00
280	Плов с курицей 280. <small>кури, грудка, рис, масло растительное, лук репка, морковь, помид-паста, соль</small>	ККАЛ-391, Б-16, Ж-16, У-44	91-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоки, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	12-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	5-00
Итого за обед		ККАЛ-847, Б-26, Ж-25, У-135	153-00
полдник			
75	Булочка Веснушка 75 <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, менажж, соль, дражежи сух, масло растительное</small>	ККАЛ-328, Б-8, Ж-12, У-47	18-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-501, Б-10, Ж-12, У-88	48-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Удальцова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

