

## меню (Раздача)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>раздача</u>			
100	<b>Закуска из свежих помидоров</b> <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-178, Б-1, Ж-18, У-4	25-00
100	<b>Салат из свежей капусты с перцем болгарским</b> <small>капуста, перец болгарский, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-105, Б-1, Ж-9, У-4	25-00
100	<b>Салат из свеклы Ночка</b> <small>свекла, чернослив, масло растительное</small>	ККАЛ-145, Б-1, Ж-9, У-15	30-00
100	<b>Салат коктейль</b> <small>куры грудка, яйцо, огурец свежий, сыр твердый, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-214, Б-16, Ж-16, У-1	65-00
270	<b>Суп гороховый с курицей 250/20</b> <small>картофель, куры грудка, горох сухой, лук репка, морковь, масло растительное, соль, лавровый лист</small>	ККАЛ-162, Б-8, Ж-5, У-20	40-00
110	<b>Рыба в тесте запеченая</b> <small>минтай филе пром., яйцо, мука, масло растительное, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-146, Б-16, Ж-5, У-10	78-00
100	<b>Печень Appetitная</b> <small>печень говяжья, яйцо, лук репка, сметана 15%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, крахмал картофельный, соль</small>	ККАЛ-183, Б-15, Ж-11, У-7	80-00
100	<b>Котлета рубленая из птицы (курица) 100</b> <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари папиров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-288, Б-18, Ж-16, У-19	65-00
100	<b>Куриное филе под лисьей шубкой</b> <small>куры грудка, морковь, картофель, сметана 15%, масло растительное, сыр твердый, соль</small>	ККАЛ-170, Б-17, Ж-9, У-6	72-00
200	<b>Рагу из мяса, овощей Веселенькая семейка'50/150</b> <small>картофель, свишина (вырезка), морковь, лук репка, масло растительное, горошек зеленый консервированный, томат-паста, мука, соль</small>	ККАЛ-388, Б-13, Ж-29, У-20	91-00
100	<b>Биточки любительские 75/25</b> <small>свишина (лопатка), лук репка, сыр твердый, масло растительное, мука, соль</small>	ККАЛ-339, Б-15, Ж-28, У-6	78-00
150	<b>Спагетти отварные 150</b> <small>спагетти, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-186, Б-5, Ж-4, У-33	20-00
150	<b>Каши перловая с овощами</b> <small>перловка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, лук репка, морковь, соль</small>	ККАЛ-212, Б-4, Ж-9, У-29	28-00
150	<b>Капуста тушеная 150</b> <small>капуста, морковь, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль, лимонная кислота</small>	ККАЛ-79, Б-3, Ж-3, У-9	26-00
150	<b>Картофель жареный</b> <small>картофель, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-271, Б-4, Ж-14, У-32	30-00
200	<b>Чай пакетированный с сахаром</b>	ККАЛ-39, У-9	12-00
7	<b>Лимон свежий</b>	ККАЛ-1	5-00
200	<b>Напиток из сушеной вишни</b> <small>вишня сухая, сахар</small>	ККАЛ-126, У-31	12-00
200	<b>Сок фруктовый вишневый</b>	ККАЛ-100, Б-1, У-23	25-00
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-47, Б-2, У-10	2-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00

Директор  
МБОУ СОШ  
№35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова  
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор  
Пермякова Е.В.



## меню (Раздача)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>раздача</u>			
100	<b>Закуска из свежих помидоров</b> <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-178, Б-1, Ж-18, У-4	25-00
100	<b>Салат из свежей капусты с перцем болгарским</b> <small>капуста, перец болгарский, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-105, Б-1, Ж-9, У-4	25-00
100	<b>Салат из свеклы Ночка</b> <small>свекла, чернослив, масло растительное</small>	ККАЛ-145, Б-1, Ж-9, У-15	30-00
100	<b>Салат коктейль</b> <small>куры грудка, яйцо, огурец свежий, сыр твердый, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-214, Б-16, Ж-16, У-1	65-00
270	<b>Суп гороховый с курицей 250/20</b> <small>картофель, куры грудка, горох сухой, лук репка, морковь, масло растительное, соль, лавровый лист</small>	ККАЛ-162, Б-8, Ж-5, У-20	40-00
110	<b>Рыба в тесте запеченая</b> <small>минтай филе пром., яйцо, мука, масло растительное, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-146, Б-16, Ж-5, У-10	78-00
100	<b>Печень Аппетитная</b> <small>печень говяжья, яйцо, лук репка, сметана 15%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, крахмал картофельный, соль</small>	ККАЛ-183, Б-15, Ж-11, У-7	80-00
100	<b>Котлета рубленая из птицы (курица) 100</b> <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-288, Б-18, Ж-16, У-19	65-00
100	<b>Куриное филе под лисьей шубкой</b> <small>куры грудка, морковь, картофель, сметана 15%, масло растительное, сыр твердый, соль</small>	ККАЛ-170, Б-17, Ж-9, У-6	72-00
200	<b>Рагу из мяса, овощей Веселенькая семейка'50/150</b> <small>картофель, свинина (вырезка), морковь, лук репка, масло растительное, горошек зеленый консервированный, томат-паста, мука, соль</small>	ККАЛ-388, Б-13, Ж-29, У-20	91-00
100	<b>Биточки любительские 75/25</b> <small>свинина (лопатка), лук репка, сыр твердый, масло растительное, мука, соль</small>	ККАЛ-339, Б-15, Ж-28, У-6	78-00
150	<b>Спагетти отварные 150</b> <small>спагетти, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-186, Б-5, Ж-4, У-33	20-00
150	<b>Каша перловая с овощами</b> <small>перловка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, лук репка, морковь, соль</small>	ККАЛ-212, Б-4, Ж-9, У-29	28-00
150	<b>Капуста тушеная 150</b> <small>капуста, морковь, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль, лимонная кислота</small>	ККАЛ-79, Б-3, Ж-3, У-9	26-00
150	<b>Картофель жареный</b> <small>картофель, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-271, Б-4, Ж-14, У-32	30-00
200	<b>Чай пакетированный с сахаром</b>	ККАЛ-39, У-9	12-00
7	<b>Лимон свежий</b>	ККАЛ-1	5-00
200	<b>Напиток из сушеной вишни</b> <small>вишня сухая, сахар</small>	ККАЛ-126, У-31	12-00
200	<b>Сок фруктовый вишневый</b>	ККАЛ-100, Б-1, У-23	25-00
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-47, Б-2, У-10	2-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00



## меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
30	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-4, У-1	7-00
90	<b>Биточки по-Братски с маслом 90/5</b> <small>куры грудка, свинина (лопатка), лук репка, яйцо, хлеб пшеничный (резаный), масло растительное, мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-166, Б-9, Ж-12, У-7	68-00
150	<b>Макароны отварные (рожки) 150</b> <small>макароны (рожки), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	<b>Чай с сахаром, лимоном</b> <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	6-00
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>104-00</b>
<b>обед</b>			
20	<b>Закуска из свежих помидоров</b> <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-36, Ж-4, У-1	5-00
90	<b>Котлета рубленая из птицы (курица) 90</b> <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-269, Б-17, Ж-15, У-17	56-00
150	<b>Рагу овощное 150</b> <small>картофель, капуста, морковь, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, соль, масло растительное, мука, сахар, лавровый лист</small>	ККАЛ-135, Б-3, Ж-7, У-16	28-00
200	<b>Чай вишневый прохладительный</b> <small>сахар, вишня сухая, чай</small>	ККАЛ-93, У-23	6-00
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>104-00</b>
<b>полдник</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	18-00
200	<b>Молоко питьевое пастеризованное 3,2%</b>	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	19-00
100	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
<b>Итого за полдник</b>			<b>66-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№35

Уварова 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>завтрак</b>			
30	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-4, У-1	7-00
90	<b>Биточки по-Братски с маслом 90/5</b> <small>куры грудка, свинина (лопатка), лук репка, яйцо, хлеб пшеничный (резаный), масло растительное, мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-166, Б-9, Ж-12, У-7	68-00
150	<b>Макароньы отварные (рожки) 150</b> <small>макароньы (рожки), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	<b>Чай с сахаром, лимоном</b> <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	6-00
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>104-00</b>
<b>обед</b>			
20	<b>Закуска из свежих помидоров</b> <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-36, Ж-4, У-1	5-00
90	<b>Котлета рубленая из птицы (курица) 90</b> <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари панирова., масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-269, Б-17, Ж-15, У-17	56-00
150	<b>Рагу овощное 150</b> <small>картофель, капуста, морковь, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, соль, масло растительное, мука, сахар, лавровый лист</small>	ККАЛ-135, Б-3, Ж-7, У-16	28-00
200	<b>Чай вишневый прохладительный</b> <small>сахар, вишни сухая, чай</small>	ККАЛ-93, У-23	6-00
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>104-00</b>
<b>полдник</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	18-00
200	<b>Молоко питьевое пастеризованное 3,2%</b>	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	19-00
100	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
<b>Итого за полдник</b>			<b>66-00</b>

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)
<b>завтрак</b>			
25	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-4, У-1	6-00
105	<b>Биточки по-Братски с маслом слив.100/5</b> <small>куры грудка, свинина (лопатка), лук репка, яйцо, хлеб пшеничный (резаный), масло растительное, мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-195, Б-10, Ж-15, У-8	75-00
180	<b>Макаронны отварные (рожки)</b> <small>макаронны (рожки), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	<b>Сок фруктовый вишневый</b>	ККАЛ-100, Б-1, У-23	25-00
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-691, Б-23, Ж-22, У-101	<b>135-00</b>
<b>обед</b>			
90	<b>Салат из свежих помидоров</b> <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-89, Б-1, Ж-8, У-3	19-00
100	<b>Котлета рубленая из птицы (курица) 100</b> <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-288, Б-18, Ж-16, У-19	65-00
180	<b>Рагу овощное</b> <small>картофель, капуста, морковь, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, соль, масло растительное, мука, сахар, лавровый лист</small>	ККАЛ-169, Б-3, Ж-7, У-19	33-00
200	<b>Чай вишневый прохладительный</b> <small>сахар, вишня сухая, чай</small>	ККАЛ-93, У-23	6-00
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-871, Б-30, Ж-32, У-112	<b>135-00</b>
<b>полдник</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	18-00
200	<b>Молоко питьевое пастеризованное 3,2%</b>	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	19-00
100	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-437, Б-13, Ж-19, У-54	<b>66-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова  
Е.В.

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)
<b>завтрак</b>			
25	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-4, У-1	6-00
105	<b>Биточки по-Братски с маслом слив.100/5</b> <small>куры грудка, свинина (лопатка), лук репка, яйцо, хлеб пшеничный (резаный), масло растительное, мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-195, Б-10, Ж-15, У-8	75-00
180	<b>Макаронны отварные (рожки)</b> <small>макаронны (рожки), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	<b>Сок фруктовый вишневый</b>	ККАЛ-100, Б-1, У-23	25-00
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-691, Б-23, Ж-22, У-101	<b>135-00</b>
<b>обед</b>			
90	<b>Салат из свежих помидоров</b> <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-89, Б-1, Ж-8, У-3	19-00
100	<b>Котлета рубленая из птицы (курица) 100</b> <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-288, Б-18, Ж-16, У-19	65-00
180	<b>Рагу овощное</b> <small>картофель, капуста, морковь, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, соль, масло растительное, мука, сахар, лавровый лист</small>	ККАЛ-169, Б-3, Ж-7, У-19	33-00
200	<b>Чай вишневый прохладительный</b> <small>сахар, вишня сухая, чай</small>	ККАЛ-93, У-23	6-00
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-871, Б-30, Ж-32, У-112	<b>135-00</b>
<b>полдник</b>			
60	<b>Булочка дорожная 60</b> <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, масло растительное, орехи сух</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	18-00
200	<b>Молоко питьевое пастеризованное 3,2%</b>	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	19-00
100	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-437, Б-13, Ж-19, У-54	<b>66-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова  
Е.В.

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)
<b><u>завтрак</u></b>			
10	<b>Масло сливочное крестьянское 72,5 % (порциями)</b>	ККАЛ-66, Ж-7	16-00
20	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-3, У-1	4-00
220	<b>Макаронны отварные с сыром</b> <small>макаронны (рожки), сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-311, Б-11, Ж-8, У-48	29-00
200	<b>Чай с сахаром, лимоном</b> <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	6-00
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-604, Б-16, Ж-17, У-95	<b>63-00</b>
<b><u>обед</u></b>			
25	<b>Закуска из свежих помидоров</b> <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-44, Ж-4, У-1	6-00
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	10-00
90	<b>Котлета рубленая из птицы (курица) 90</b> <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-269, Б-17, Ж-15, У-17	56-00
150	<b>Рагу овощное 150</b> <small>картофель, капуста, морковь, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, соль, масло растительное, мука, сахар, лавровый лист</small>	ККАЛ-135, Б-3, Ж-7, У-16	28-00
200	<b>Чай вишневый прохладительный</b> <small>сахар, вишня сухая, чай</small>	ККАЛ-93, У-23	6-00
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>		ККАЛ-847, Б-31, Ж-30, У-115	<b>115-00</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	18-00
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
90	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-40, У-9	15-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-497, Б-9, Ж-12, У-86	<b>63-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова  
Е.В.

*Е.В. Пермякова*

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)
<b><u>завтрак</u></b>			
10	<b>Масло сливочное крестьянское 72,5 % (порциями)</b>	ККАЛ-66, Ж-7	16-00
20	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-3, У-1	4-00
220	<b>Макаронны отварные с сыром</b> <small>макаронны (рожки), сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-311, Б-11, Ж-8, У-48	29-00
200	<b>Чай с сахаром, лимоном</b> <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	6-00
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-604, Б-16, Ж-17, У-95	<b>63-00</b>
<b><u>обед</u></b>			
25	<b>Закуска из свежих помидоров</b> <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-44, Ж-4, У-1	6-00
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	10-00
90	<b>Котлета рубленая из птицы (курица) 90</b> <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-269, Б-17, Ж-15, У-17	56-00
150	<b>Рагу овощное 150</b> <small>картофель, капуста, морковь, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, соль, масло растительное, мука, сахар, лавровый лист</small>	ККАЛ-135, Б-3, Ж-7, У-16	28-00
200	<b>Чай вишневый прохладительный</b> <small>сахар, вишня сухая, чай</small>	ККАЛ-93, У-23	6-00
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>		ККАЛ-847, Б-31, Ж-30, У-115	<b>115-00</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	18-00
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
90	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-40, У-9	15-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-497, Б-9, Ж-12, У-86	<b>63-00</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)
<b>завтрак</b>			
50	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-7, У-1	9-00
220	<b>Макаронны отварные с сыром</b> <small>макаронны (рожки), сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-311, Б-11, Ж-8, У-48	29-00
200	<b>Чай с сахаром, лимоном</b> <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	6-00
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-587, Б-17, Ж-10, У-104	<b>55-00</b>
<b>обед</b>			
60	<b>Салат из свежих помидоров</b> <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-59, Б-1, Ж-5, У-2	12-00
250	<b>Суп гороховый 250</b> <small>картофель, горох сухой, морковь, лук репка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-126, Б-5, Ж-4, У-19	12-00
100	<b>Котлета рубленая из птицы (курица) 100</b> <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-288, Б-18, Ж-16, У-19	65-00
180	<b>Рагу овощное</b> <small>картофель, капуста, морковь, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, соль, масло растительное, мука, сахар, лавровый лист</small>	ККАЛ-169, Б-3, Ж-7, У-19	33-00
200	<b>Напиток из сушеной вишни</b> <small>вишня сухая, сахар</small>	ККАЛ-126, У-31	12-00
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-1 001, Б-35, Ж-33, У-138	<b>146-00</b>
<b>полдник</b>			
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	25-00
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-485, Б-12, Ж-13, У-81	<b>55-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова  
Е.В.

Пермякова Е.В.

Кликулигор  
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>завтрак</b>			
50	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-7, У-1	9-00
220	<b>Макаронны отварные с сыром</b> <small>макаронны (рожки), сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-311, Б-11, Ж-8, У-48	29-00
200	<b>Чай с сахаром, лимоном</b> <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	6-00
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-587, Б-17, Ж-10, У-104	<b>55-00</b>
<b>обед</b>			
60	<b>Салат из свежих помидоров</b> <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-59, Б-1, Ж-5, У-2	12-00
250	<b>Суп гороховый 250</b> <small>картофель, горох сухой, морковь, лук репка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-126, Б-5, Ж-4, У-19	12-00
100	<b>Котлета рубленая из птицы (курица) 100</b> <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари папиров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-288, Б-18, Ж-16, У-19	65-00
180	<b>Рагу овощное</b> <small>картофель, капуста, морковь, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, соль, масло растительное, мука, сахар, лавровый лист</small>	ККАЛ-169, Б-3, Ж-7, У-19	33-00
200	<b>Напиток из сушеной вишни</b> <small>вишня сухая, сахар</small>	ККАЛ-126, У-31	12-00
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-1 001, Б-35, Ж-33, У-138	<b>146-00</b>
<b>полдник</b>			
75	<b>Булочка Дорожная</b> <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, орешки сух, масло растительное</small>	ККАЛ-312, Б-10, Ж-13, У-41	25-00
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-485, Б-12, Ж-13, У-81	<b>55-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова  
Е.В.

Пермякова Е.В. Калькулятор  
Пермякова Е.В.

