

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	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	11-00
155	Каша пшеничная молочная с маслом 150/5 <small>пшено (сливочное) сливоч. 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-144, Б-3, Ж-6, У-20	22-00
85	Запеканка творожная с изюмом с повидлом 65/20 <small>творог обезжиренный 9%, повидло, изюм, сахар, манка, сметана 15%, сахар, ваниль, масло растительное, яйцо</small>	ККАЛ-157, Б-8, Ж-6, У-16	60-00
200	Чай с сахаром	ККАЛ-74, У-18	3-00
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-557, Б-18, Ж-16, У-82	104-00
<u>обед</u>			
90	Биточки из печени Восторг с соусом сметанно-томатным 60/30 <small>печень говяжья, капуста, морковь, масло растительное, сметана 15%, лук репчатый, масло сливочное крестьянское 72,5%, мука, соль, томат-паста</small>	ККАЛ-158, Б-13, Ж-5, У-15	55-00
150	Макароньки отварные (рожек витой) 150 <small>макароньки (рожки витой), масло сливочное крестьянское 72,5%</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
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	3-00
Итого за обед		ККАЛ-620, Б-24, Ж-10, У-108	104-00
<u>полдник</u>			
50	Ватрушка с творогом <small>паста сливочное, творожок, фарш творожный с изюмом, творожок, мука, меланж, масло растительное</small>	ККАЛ-144, Б-7, Ж-3, У-21	22-00
200	Ряженка 2,5%	ККАЛ-102, Б-6, Ж-5, У-8	32-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-290, Б-13, Ж-9, У-40	71-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Аварова Т. В.

ПП 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	11-00
210	Каша пшеничная молочная с маслом 200/10 <small>пшено, молоко сухое 2,5%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>	ККАЛ-194, Б-4, Ж-8, У-23	35-00
105	Запеканка творожная с изюмом с повидлом 75/30 <small>творог свежий 9%, повидло изюм, манка, сахар, сухари паниров., сметана 15%, масло сливочное крестьянское 72,5%, яйца</small>	ККАЛ-160, Б-9, Ж-8, У-18	75-00
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-74, У-18	3-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-656, Б-21, Ж-21, У-94	135-00
<u>обед</u>			
60	Помидор свежий с маслом растительным <small>помидор свежий, масло растительное</small>	ККАЛ-66, Б-1, Ж-6, У-2	23-00
110	Биточки из печени Восторг с соусом сметанно-томатным 80/30 <small>печень, яйцо, капуста, морковь, масло растительное, лук репка, сметана 15%, масло сливочное крестьянское 72,5%, лук, помидор, петрушка, соль</small>	ККАЛ-165, Б-13, Ж-6, У-18	70-00
180	Макароны отварные (рожок витой) <small>макаронные рожки, яйца, масло сливочное крестьянское 72,5%</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоки, сахар, ваниль, сухая лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	12-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-754, Б-27, Ж-18, У-124	135-00
<u>полдник</u>			
75	Ватрушка с творогом <small>тесто слоеное, сыр нежирный, фарш творожный или ватрушек, творожок, мука, меланж, масло растительное</small>	ККАЛ-215, Б-10, Ж-5, У-32	30-00
200	Ряженка 2,5%	ККАЛ-102, Б-6, Ж-5, У-8	32-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-362, Б-16, Ж-11, У-50	79-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 38

Уварова Т.В.

НП Пермькова
Е.В.



Пермякова Е.В.

Катерина
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>			
54	Яйцо вареное	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	22-00
200	Каша пшеничная молочная с маслом 195/5	ККАЛ-206, Б-6, Ж-6, У-31	24-00
<small>пшеница мягкая 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>			
200	Чай с сахаром	ККАЛ-74, У-18	3-00
<small>чай, сахар</small>			
30	Батон	ККАЛ-85, Б-2, Ж-1, У-15	5-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-475, Б-17, Ж-13, У-71	56-00
<u>обед</u>			
210	Борщ с капустой и картофелем 200/10	ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18	18-00
<small>свекла, капуста, картофель, сметана 15%, морковь, лук репчатый, масло растительное, томаты-паста, сахар, соль, петрушка, лук зеленый</small>			
90	Биточки из печени Восторг с соусом сметанно-томатным 60/30	ККАЛ-158, Б-13, Ж-5, У-15	55-00
<small>печень говяжья, капуста, морковь, масло растительное, сметана 15%, лук репчатый, масло сливочное крестьянское 72,5%, мука, соль, томаты-паста</small>			
150	Макаронные изделия (рожок витой) 150	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
<small>макаронные изделия витой тип, мука пшеничная мягкая высшего сорта 72,7% влаги</small>			
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	3-00
Итого за обед		ККАЛ-730, Б-26, Ж-16, У-125	122-00
<u>полдник</u>			
70	Пончик берлинский	ККАЛ-290, Б-10, Ж-19, У-29	35-00
130	Яблоки свежие	ККАЛ-58, Б-1, Ж-1, У-13	21-00
Итого за полдник		ККАЛ-348, Б-11, Ж-19, У-42	56-00

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>			
240	Каша пшеничная молочная с маслом 230/10 <i>пшено, молоко слад., 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</i>	ККАЛ-275, Б-8, Ж-10, У-37	36-00
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ККАЛ-74, У-18	3-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-542, Б-14, Ж-12, У-91	50-00
<u>обед</u>			
45	Помидор свежий с маслом растительным <i>помидор свежий, масло растительное</i>	ККАЛ-49, Ж-5, У-2	17-00
260	Борщ с капустой и картофелем 250/10 <i>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</i>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-20	22-00
110	Биточки из печени Восторг с соусом сметанно-томатным 80/30 <i>печень говяжья, капуста, морковь, масло растительное, лук репка, сметана 15%, масло сливочное крестьянское 72,5%, мука, томат-паста, соль</i>	ККАЛ-165, Б-13, Ж-6, У-18	70-00
180	Макаронные изделия отварные (рожок витой) <i>макаронные изделия (рожек витой), масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</i>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Напиток яблочно-вишневый <i>яблоко, сахар, вишня сушен., лимонная кислота</i>	ККАЛ-92, У-23	12-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-856, Б-29, Ж-22, У-143	151-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с картофелем <i>масло сливочное, фарш картофельный, мука, мясной фарш, масло растительное</i>	ККАЛ-128, Б-8, Ж-6, У-11	20-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-301, Б-10, Ж-6, У-51	50-00

Директор
МБОУ СОШ

Уварова Т. В.

ИП Пермякова
Е. В.

Пермякова Е. В.

Калькулятор
Пермякова Е. В.

