

**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>			
25	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-4, У-1	12-00
90	<b>Котлета кур в сырной панировке</b> <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., сыр твердый, мука, масло растительное, яйцо, соль</small>	ККАЛ-168, Б-13, Ж-11, У-12	55-00
150	<b>Макароньы отварные (гребешок) 150</b> <small>макароньы (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
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
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-621, Б-26, Ж-19, У-94	<b>104-00</b>
<u>Молочная Перемена</u>			
200	<b>Молоко питьевое пастеризованное 2,5%</b>	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
<b>Итого за Молочная Перемена</b>		ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
<u>обед</u>			
100	<b>Гуляш из свинины 50/50</b> <small>свинина (окопорок), лук репка, томат-паста, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, соль</small>	ККАЛ-256, Б-11, Ж-22, У-5	68-00
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая 150</b> <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	17-00
200	<b>Напиток Витаминчик</b> <small>яблоки 28гр., сахар, лимонная кислота, чай-заварка</small>	ККАЛ-94, У-22	10-00
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-723, Б-24, Ж-28, У-94	<b>104-00</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>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-419, Б-13, Ж-17, У-53	<b>72-00</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><u>завтрак</u></b>			
25	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-4, У-1	<b>12-00</b>
100	<b>Котлета кур в сырной панировке с маслом 100/5</b> <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, масло растительное, яйцо, соль</small>	ККАЛ-170, Б-14, Ж-11, У-13	<b>69-00</b>
180	<b>Макароньы отварные (гребешок)</b> <small>макароньы (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	<b>18-00</b>
200	<b>Сок фруктовый (мультифрукт)</b>	ККАЛ-85, Б-1, У-20	<b>25-00</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-650, Б-26, Ж-17, У-103	<b>135-00</b>
<b><u>обед</u></b>			
15	<b>Помидор свежий в нарезке</b>	ККАЛ-3, У-1	<b>10-00</b>
110	<b>Гуляш из свинины 60/50</b> <small>свинина (окорок), лук репка, томат-паста, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, соль</small>	ККАЛ-307, Б-13, Ж-26, У-5	<b>82-00</b>
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	<b>21-00</b>
200	<b>Напиток Витаминчик</b> <small>яблоки 2вэр., сахар, лимонная кислота, чай-заварка</small>	ККАЛ-94, У-22	<b>10-00</b>
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	<b>8-00</b>
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	<b>4-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-863, Б-30, Ж-33, У-109	<b>135-00</b>
<b><u>полдник</u></b>			
75	<b>Пирожок с яблоком</b> <small>тесто сдобное дрожжевое, фарш яблочный, масло растительное, меланж, мука</small>	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	<b>25-00</b>
200	<b>Кефир 2,5%</b>	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	<b>23-00</b>
100	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-35, Б-1, У-8	<b>29-00</b>
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-348, Б-9, Ж-11, У-54	<b>77-00</b>

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	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
10	<b>Сыр в нарезке</b>	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	11-00
15	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-2	6-00
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 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-533, Б-18, Ж-12, У-85	<b>59-00</b>
<b>обед</b>			
15	<b>Помидор свежий в нарезке</b>	ККАЛ-3, У-1	10-00
200	<b>Суп картофельный с рисом</b> <small>картофель, рис, лук репка, морковь, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-112, Б-4, Ж-4, У-20	11-00
90	<b>Гуляш из свинины 45/45</b> <small>свинина (окорок), лук репка, тамап-паста, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, соль</small>	ККАЛ-231, Б-10, Ж-19, У-4	62-00
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <small>150</small> <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	17-00
200	<b>Напиток Витаминчик</b> <small>яблоки 28гр., сахар, лимонная кислота, чай-заварка</small>	ККАЛ-94, У-22	10-00
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-813, Б-27, Ж-30, У-114	<b>119-00</b>
<b>полдник</b>			
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
100	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-208, Б-3, У-48	<b>59-00</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>			
25	<b>Повидло фруктовое</b>	ККАЛ-537, Б-1, У-142	7-00
240	<b>Макаронны отварные с сыром</b> <small>макаронны (рожки), сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-339, Б-12, Ж-9, У-53	32-00
200	<b>Чай русский (карамель)</b> <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-38, У-9	5-00
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-1 107, Б-18, Ж-11, У-240	<b>55-00</b>
<b>обед</b>			
10	<b>Помидор свежий в нарезке</b>	ККАЛ-2	7-00
250	<b>Суп картофельный с рисом 250</b> <small>картофель, лук репка, морковь, рис, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-123, Б-4, Ж-4, У-19	14-00
110	<b>Гуляш из свинины 60/50</b> <small>свинина (окорок), лук репка, томат-паста, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, соль</small>	ККАЛ-307, Б-13, Ж-26, У-5	82-00
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	21-00
200	<b>Напиток Витаминчик</b> <small>яблоки 28гр., сахар, лимонная кислота, чай-заварка</small>	ККАЛ-94, У-22	10-00
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-985, Б-35, Ж-38, У-127	<b>146-00</b>
<b>полдник</b>			
75	<b>Корж молочный 75 гр</b>	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-19	25-00
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-288, Б-4, Ж-3, У-60	<b>55-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 33

Уварова Т.В.

ИП Пермякова  
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор  
Пермякова Е.В.

