

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
15	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-2	11-00
90	Котлета рыбная в сырной панировке 90 минтай 6% потрош., свинина (окарок), хлеб пшеничный (резаный), яйцо, масло растительное, сухари паниров., сыр твердый, мука, соль	ККАЛ-200, Б-13, Ж-11, У-12	55-00
150	Картофельное пюре 150 картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	28-00
200	Чай французский (ваниль) сахар, чай, ванилин	ККАЛ-74, У-18	2-00
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-21, Ж-17, У-78	104-00
обед			
90	Печень тушеная в соусе красном основном 45/45 печень говяжья, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, томат-паста, морковь, лук репка, сахар	ККАЛ-178, Б-11, Ж-8, У-14	64-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	15-00
200	Напиток из чернослива, яблок яблоки, чернослив, сахар, лимонная кислота	ККАЛ-115, У-28	16-00
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-666, Б-25, Ж-14, У-108	104-00
полдник			
75	Пирожок с яблоком тесто слоеное дрожжевое, фарш яблочный, масло растительное, меланж, мука	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	25-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	24-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	33-00
Итого за полдник		ККАЛ-348, Б-9, Ж-11, У-54	82-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Уфимова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

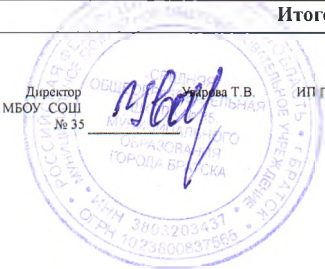
Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.ИП Пермякова Е.В.
ИНН 390402253210

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			
15	Горошек зеленый горошек зеленый, масло растительное	ККАЛ-6, У-1	12-00
100	Котлета рыбная в сырной панировке 100 минтай б/г потрош, свинина (окорок), хлеб пшеничный (резаный), яйцо, масло растительное, сахар паниров., сыр твердый, мука, соль	ККАЛ-223, Б-15, Ж-12, У-14	62-00
180	Картофельное пюре 180 картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	34-00
200	Чайный напиток Росинка сок фруктовый яблочный, сахар, чай	ККАЛ-77, У-19	16-00
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-658, Б-25, Ж-19, У-93	135-00
обед			
15	Помидор свежий с маслом растительным помидор свежий, масло растительное	ККАЛ-16, Ж-2, У-1	7-00
100	Печень тушеная в соусе красном основном 50/50 печень говяжья, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, томат-паста, морковь, лук репка, сахар	ККАЛ-203, Б-12, Ж-12, У-15	73-00
180	Каша гречневая рассыпчатая гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
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-762, Б-30, Ж-20, У-116	135-00
полдник			
75	Пирожок с капустой капуста, мука, сахар, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух, яйцо	ККАЛ-216, Б-5, Ж-8, У-30	25-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	24-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	33-00
Итого за полдник		ККАЛ-351, Б-12, Ж-14, У-45	82-00



Директор
МБОУ СОШ
№ 35
Удирова 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)
завтрак			
120	Яблоки свежие	ККАЛ-53, У-12	22-00
200	Каша манная молочная с маслом 195/5	ККАЛ-180, Б-4, Ж-9, У-21	22-00
	манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль		
200	Чай французский (ваниль)	ККАЛ-74, У-18	2-00
	сахар, чай, ванилин		
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-454, Б-9, Ж-11, У-77	54-00
обед			
210	Суп из овощей со сметаной 200/10	ККАЛ-92, Б-1, Ж-4, У-13	20-00
	картофель, капуста, сметана 15%, морковь, лук репка, горошек зеленый консервированный, масло растительное, томат-паста, соль		
90	Печень тушеная в соусе красном основном 45/45	ККАЛ-178, Б-11, Ж-8, У-14	64-00
	печень говяжья, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, томат-паста, морковь, лук репка, сахар		
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	15-00
	гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль		
200	Напиток из чернослива, яблок	ККАЛ-115, У-28	16-00
	яблоки, чернослив, сахар, лимонная кислота		
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-758, Б-26, Ж-18, У-122	124-00
полдник			
50	Ватрушка с творогом	ККАЛ-144, Б-7, Ж-3, У-21	24-00
	тесто содовое дрожжевое, фарш творожный для ватрушек, пирожков, мука, меланж, масло растительное		
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-317, Б-9, Ж-3, У-62	54-00

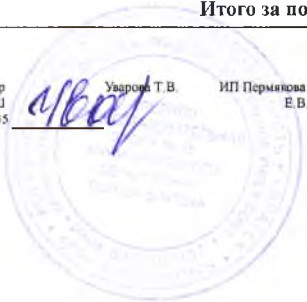
Директор
МБОУ СОШ
№ 35

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)
завтрак			
18	Мармелад трицветик	ККАЛ-29, У-7	7-00
250	Каша манная молочная с маслом 240/10	ККАЛ-210, Б-6, Ж-9, У-26	35-00
манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль			
200	Чай французский (ваниль)	ККАЛ-74, У-18	2-00
сахар, чай, ванилин			
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-506, Б-11, Ж-11, У-87	55-00
обед			
260	Суп из овощей со сметаной 250/10	ККАЛ-104, Б-2, Ж-6, У-11	27-00
картофель, капуста, морковь, лук репка, сметана 15%, горошек зеленый консервированный, масло растительное, соль, томат-паста			
100	Печень тушеная в соусе красном основном 50/50	ККАЛ-203, Б-12, Ж-12, У-15	73-00
печень говяжья, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, томат-паста, морковь, лук репка, сахар			
180	Каша гречневая рассыпчатая	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль			
200	Напиток из чернослива, яблок	ККАЛ-115, У-28	16-00
яблоки, чернослив, сахар, лимонная кислота			
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-880, Б-32, Ж-25, У-134	146-00
полдник			
75	Пирожок с капустой	ККАЛ-216, Б-5, Ж-8, У-30	25-00
капуста, мука, сахар, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух, яйцо			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-389, Б-7, Ж-8, У-70	55-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35


Ушакова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

