

## 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>			
15	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-3, У-1	10-00
90	Ежики рыбные 60/30 <small>минтай филе, лук репка, куриный фарш, масло растительное, мука, рис, пшеница-паста, морковь, сахар</small>	ККАЛ-140, Б-5, Ж-10, У-9	36-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	26-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	24-00
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-508, Б-14, Ж-16, У-77	<b>104-00</b>
<u>Молочная Перемена</u>			
200	Молоко питьевое пастеризованное 2,5%	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
<b>Итого за Молочная Перемена</b>		ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	<b>=</b>
<u>обед</u>			
90	Биточки из птицы 90 (курица) <small>куриный фарш, хлеб пшеничный (резаный), сахар, панировка, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-167, Б-16, Ж-7, У-12	52-00
150	Рис по-монастырски 150 <small>лук репка, рис, морковь, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-195, Б-3, Ж-5, У-31	20-00
200	Сок фруктовый абрикосовый	ККАЛ-106, У-25	23-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-636, Б-25, Ж-12, У-102	<b>104-00</b>
<u>полдник</u>			
50	Булочка Веснушка 50 <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, мажир, соль, орехи суш., 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	33-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	18-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-361, Б-10, Ж-11, У-55	<b>64-00</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	н.п. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
100	<b>Котлета рыбная 'Емеля',</b> <small>минтай филе, творог свежий 5%, куриный фарш, лук репчатый, сухари панировочные, масло сливочное крестьянское 72,5%, манка, яйцо, соль</small>	ККАЛ-114, Б-5, Ж-5, У-13	79-00
180	<b>Картофельное пюре 180</b> <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, сливочное масло 25%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	31-00
200	<b>Чай 'Ежевичка'</b> <small>сахар, брусничка свежемороженая, чай</small>	ККАЛ-55, У-13	14-00
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-521, Б-15, Ж-13, У-86	135-00
<u>обед</u>			
15	<b>Закуска из свежих огурцов</b> <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-14, Ж-1	6-00
100	<b>Курица рубленая под сыром</b> <small>куриный фарш, сметана 15%, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-157, Б-12, Ж-9, У-7	83-00
180	<b>Рис по-монастырски</b> <small>лук репчатый, рис, морковь, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-234, Б-4, Ж-8, У-37	24-00
200	<b>Напиток яблочно-вишневый</b> <small>яблоки, сахар, вишня сушеная, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	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-729, Б-24, Ж-19, У-115	135-00
<u>полдник</u>			
100	<b>Булочка Веснушка 100</b> <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, мажирга, соль, дрожжи сухие, масло растительное</small>	ККАЛ-328, Б-8, Ж-12, У-47	25-00
200	<b>Снежок 2,5%</b>	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	33-00
100	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-44, У-10	18-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-525, Б-13, Ж-17, У-79	76-00

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	н. п.с. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость за блюдо (руб.)
<u>завтрак</u>			
110	Яблоки свежие	ККАЛ-49, У-11	18-00
200	Каша пшеничная молочная с маслом 195/5	ККАЛ-206, Б-6, Ж-6, У-31	24-00
200	Чай с сахаром, лимоном	ККАЛ-77, У-19	7-00
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-11	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-54, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-479, Б-12, Ж-8, У-87	<b>57-00</b>
<u>обед</u>			
20	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-3, У-1	10-00
210	Борщ с капустой и картофелем 200/10	ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18	20-00
<small>свекла, капуста, картофель, сметана 15%, морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста, сахар, соевая лимонная кислота</small>			
90	Биточки из птицы 90 (курица)	ККАЛ-167, Б-16, Ж-7, У-12	52-00
<small>курица, лук репчатый, хлеб пшеничный (резаный), сливочное масло, растительное масло</small>			
150	Рис по-монастырски 150	ККАЛ-195, Б-3, Ж-5, У-31	20-00
<small>лук репчатый, рис, морковь, масло растительное, соль</small>			
200	Напиток яблочно-вишневый	ККАЛ-92, У-23	10-00
<small>яблоки, сахар, вишня сушеная, лимонная кислота</small>			
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-735, Б-27, Ж-18, У-118	<b>121-00</b>
<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
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-442, Б-6, Ж-2, У-103	<b>57-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 32

Щербатова О.Ю. 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 порции (руб)
<u>завтрак</u>			
250	<b>Каша пшеничная молочная с маслом 245/5</b> <small>пшеница, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-165, Б-4, Ж-8, У-24	30-00
200	<b>Чай с сахаром, лимоном</b> <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	7-00
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-434, Б-10, Ж-10, У-78	48-00
<u>обед</u>			
260	<b>Борщ с капустой и картофелем 250/10</b> <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	24-00
100	<b>Курица рубленая под сыром</b> <small>курица, лук репка, сметана 15%, лук репка, сухари панировочные, сыр твердый, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-157, Б-12, Ж-9, У-7	83-00
180	<b>Рис по-монастырски</b> <small>лук репка, рис, морковь, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-234, Б-4, Ж-8, У-37	24-00
200	<b>Напиток яблочно-вишневый</b> <small>яблоки, сахар, вишня сушеная, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	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-834, Б-26, Ж-23, У-134	153-00
<u>полдник</u>			
75	<b>Булочка Веснушка 75</b> <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, ином. молоко, соль, дрожжи сух., масло растительное</small>	ККАЛ-328, Б-8, Ж-12, У-47	18-00
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-501, Б-10, Ж-12, У-88	48-00

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова  
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор  
Пермякова Е.В.

