

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	н. цев. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость платежи (руб)
<u>завтрак</u>			
20	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-4, У-1	9-00
90	Мясо тушеное 45/45 <small>свиная шпикетка, масло сливочное крестьянское 72,5%, томат-паста, морковь, лук репчатый, мука, соль</small>	ККАЛ-218, Б-10, Ж-18, У-4	58-00
150	Рис припущенный 150 <small>рис, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-191, Б-4, Ж-4, У-35	20-00
200	Чай с сахаром с молоком 200 <small>чай, сахар, молоко 2,5%, чай</small>	ККАЛ-100, Б-2, Ж-1, У-20	9-00
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-661, Б-19, Ж-25, У-87	104-00
<u>обед</u>			
15	Закуска из свежих огурцов <small>огурцы свежие, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-14, Ж-1	6-00
90	Котлета рыбная в сырной панировке 90 <small>минтай филе, свиная шпикетка, хлеб пшеничный (резаный), яйца, масло растительное, сахар панирок, сыр твердый, лук, соль</small>	ККАЛ-200, Б-13, Ж-11, У-12	58-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко 2,5%, соль</small>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	25-00
200	Чай вишневый прохладительный <small>сахар, вишневый чай, чай</small>	ККАЛ-93, У-23	6-00
65	Хлеб пшеничный	ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за обед		ККАЛ-626, Б-23, Ж-17, У-94	104-00
<u>полдник</u>			
50	Пицца школьная (с курицей) <small>тесто дрожжевое, курица-груда, сметана 15%, сыр твердый, лук репчатый, масло растительное, томат-паста, яйцо</small>	ККАЛ-93, Б-6, Ж-5, У-7	26-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	21-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-255, Б-12, Ж-12, У-26	64-00

Директор
МБОУ СОШ

Уварова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.



меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование б. пода	нп. цен. (ккал.), белки (г), углеводы (г), витамины (мл), микроэлементы (мл)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
200	Каша рисовая молочная с маслом 195/5 <small>рис, молоко с жиром 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-193, Б-5, Ж-6, У-30	28-00
50	Блинчики <small>блины дрожжевые 25%, яйцо, сахар, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-111, Б-4, Ж-3, У-17	10-00
200	Чай с сахаром <small>чай, сахар</small>	ККАЛ-74, У-18	5-00
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			51-00
<u>обед</u>			
15	Закуска из свежих огурцов <small>огурцы, сметана, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-14, Ж-1	6-00
210	Рассольник Ленинградский со сметаной 200/10 <small>картофель, сельдерей консервированный, сметана 15%, морковь, петрушка, лук репчатый, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-96, Б-2, Ж-4, У-20	23-00
90	Комплета рыбная в сырной панировке 90 <small>рыбная филе, сметана, яйца, хлеб пшеничный (резаный), яйцо, масло растительное, сухари панировочные, соль</small>	ККАЛ-200, Б-13, Ж-11, У-12	58-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	25-00
200	Чай вишневый прохлаждающий <small>чай, сахар, лимонный сок</small>	ККАЛ-93, У-23	6-00
65	Хлеб пшеничный	ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за обед			127-00
<u>полдник</u>			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
130	Яблоки свежие	ККАЛ-58, Б-1, Ж-1, У-13	21-00
Итого за полдник			51-00

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>			
215	Каши рисовая молочная с маслом 210/5 <small>рис, молоко сгущ. 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,3% жирн.</small>	ККАЛ-237, Б-7, Ж-8, У-34	30-00
200	Чай с сахаром <small>чай</small>	ККАЛ-74, У-18	5-00
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-504, Б-13, Ж-10, У-88	46-00
<u>обед</u>			
15	Закуска из свежих огурцов <small>огурцы свежие, масло растительное</small>	ККАЛ-14, Ж-1	6-00
260	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/10 <small>картофель, свекла консервированная, сметана 15%, морковь, петрушка, лук репчатый, масло растительное, сель. зелень, специи (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-105, Б-2, Ж-5, У-22	27-00
100	Котлета рыбная в сырной панирровке 100 <small>рыбное филе, сырники (панирка), хлеб пшеничный (режешай), яйцо, масло растительное, сухари панирки, соль, специи (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-223, Б-15, Ж-12, У-14	64-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, молоко сливочное крестьянское 72,3%, молоко сгущ. 25%</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	30-00
200	Компот из абрикоса <small>абрикосы, сахар рафинированный, лимон, вода очищенная</small>	ККАЛ-114, Б-1, У-27	16-00
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-847, Б-30, Ж-24, У-135	155-00
<u>полдник</u>			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-10	30-00
95	Яблоки свежие	ККАЛ-42, У-9	16-00
Итого за полдник		ККАЛ-215, Б-2, У-50	46-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Уварова Т В

ИП Пермякова
Е В



Пермякова Е В

Калькулятор
Пермякова Е В

