

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (п)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
18	Мармелад трицветик	ККАЛ-29, У-7	7-00
13	Сыр в нарезке	ККАЛ-45, Б-3, Ж-3	16-00
54	Яйцо вареное	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	24-00
200	Каша геркулес молочная с маслом 195/5	ККАЛ-215, Б-6, Ж-8, У-27	26-00
	<small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>		
200	Какао с молоком	ККАЛ-134, Б-4, Ж-3, У-23	23-00
	<small>молоко сухое 25%, сахар, какао-порошок</small>		
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-647, Б-24, Ж-22, У-85	104-00
<u>обед</u>			
30	Закуска из свежих огурцов	ККАЛ-28, Ж-3, У-1	12-00
	<small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>		
90	Ежики куриные 60/30	ККАЛ-151, Б-12, Ж-5, У-9	34-00
	<small>курица/рулька, лук репчатый, масло растительное, мука, рис, томат-паста, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар</small>		
150	Картофель отварной с маслом 150	ККАЛ-134, Б-3, Ж-4, У-22	24-00
	<small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>		
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	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-566, Б-22, Ж-12, У-87	104-00
<u>полдник</u>			
50	Булочка Домашняя 50	ККАЛ-178, Б-7, Ж-2, У-35	18-00
	<small>мука, масло сливочное/крестьянское 72,5%, сахар, мажире, соль, дрожжи сух, масло растительное</small>		
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
18	Мармелад трицветик	ККАЛ-29, У-7	7-00
Итого за полдник		ККАЛ-370, Б-14, Ж-8, У-61	63-00

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)
<u>завтрак</u>			
18	Мармелад трицветик	ККАЛ-29, У-7	7-00
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	11-00
110	Омлет натуральный с маслом 105/5	ККАЛ-162, Б-9, Ж-13, У-1	56-00
<small>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>			
225	Каша геркулес молочная с маслом 220/5	ККАЛ-231, Б-7, Ж-9, У-32	27-00
<small>геркулес, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>			
200	Какао с молоком	ККАЛ-134, Б-4, Ж-3, У-23	23-00
<small>молочное сухое 25%, сахар, какао-порошок</small>			
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-785, Б-29, Ж-30, У-99	135-00
<u>обед</u>			
65	Закуска из свежих огурцов	ККАЛ-60, Ж-6, У-1	25-00
<small>огурцы свежие, масло растительное, соль</small>			
120	Ежики куриные 75/45	ККАЛ-178, Б-13, Ж-7, У-12	44-00
<small>курица, лук репчатый, масло растительное, мука, рис, помидоры, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>			
180	Картофель отварной с маслом	ККАЛ-161, Б-3, Ж-4, У-27	28-00
<small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>			
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
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	5-00
Итого за обед		ККАЛ-733, Б-27, Ж-18, У-111	135-00
<u>полдник</u>			
60	Булочка дорожная 60	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	20-00
<small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сух</small>			
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
36	Мармелад трицветик	ККАЛ-59, У-15	14-00
Итого за полдник		ККАЛ-505, Б-13, Ж-19, У-71	72-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 33

Уварова Т В

НП 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)
<u>завтрак</u>			
54	Яйцо вареное	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	20-00
200	Каша геркулес молочная с маслом 195/5	ККАЛ-215, Б-6, Ж-8, У-27	26-00
	<small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %</small>		
200	Чай французский (ваниль)	ККАЛ-74, У-18	4-00
	<small>сахар, чай, ванилин</small>		
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-513, Б-17, Ж-15, У-72	58-00
<u>обед</u>			
25	Закуска из свежих огурцов	ККАЛ-23, Ж-2, У-1	9-00
	<small>огурцы свежие, масло растительное, соль</small>		
210	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 200/10	ККАЛ-114, Б-3, Ж-8, У-7	19-00
	<small>капустка, картофель, морковь, говядина-тушенка, лук репка, томатная паста, масло растительное, соль, лавровый лист</small>		
90	Ежики куриные 60/30	ККАЛ-151, Б-12, Ж-5, У-9	34-00
	<small>курица-рубка, лук репка, масло растительное, мука, рис, томат-паста, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар</small>		
150	Картофель отварной с маслом 150	ККАЛ-134, Б-3, Ж-4, У-22	24-00
	<small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %</small>		
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-31, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-675, Б-26, Ж-20, У-94	120-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка Дорожная	ККАЛ-312, Б-10, Ж-13, У-41	28-00
	<small>мука, масло сливочное/крестьянское 72,5 %, сахар, соль, дрожжи сух, масло растительное</small>		
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-485, Б-12, Ж-13, У-81	58-00

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>			
250	Каша геркулес молочная с маслом 245/5 <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-270, Б-8, Ж-12, У-32	32-00
200	Чай французский (ваниль) <small>сахар, чай, ванилин</small>	ККАЛ-74, У-18	4-00
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-537, Б-14, Ж-14, У-86	47-00
<u>обед</u>			
60	Закуска из свежих огурцов <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-55, Ж-5, У-1	23-00
260	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10 <small>капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль, лавровый лист</small>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-17	21-00
120	Ежики куриные 75/45 <small>курица бройлер, лук репка, масло растительное, мука, рис, томат-паста, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар</small>	ККАЛ-178, Б-13, Ж-7, У-12	44-00
180	Картофель отварной с маслом <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-161, Б-3, Ж-4, У-27	28-00
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
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	5-00
Итого за обед		ККАЛ-847, Б-29, Ж-23, У-128	154-00
<u>полдник</u>			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-218, Б-2, У-50	47-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 38

Уварова Г В

ИП Пермякова
Е В

Пермякова Е В

Калькулятор
Пермякова Е В

