

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
165	Каша Дружба с маслом 160/5 <small>пшено, рис, маюко сухое 23%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>	ККАЛ-188, Б-3, Ж-7, У-24	24-00
70	Запеканка творожная Школьная 70 <small>творог свежий 5%, кефир 2,5%, манка, сахар, яйцо, сухари натуров., масло сливочное крестьянское 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-137, Б-9, Ж-7, У-11	51-00
20	Молоко сгущенное	ККАЛ-65, Б-1, Ж-2, У-11	12-00
200	Чай яблочный <small>яблоки, сахар, чай</small>	ККАЛ-82, У-20	8-00
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-620, Б-18, Ж-17, У-94	104-00
<u>обед</u>			
90	Котлета рубленая из птицы (курица) 90 <small>кури грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари натуров., масло растительное, соль</small>	ККАЛ-269, Б-17, Ж-15, У-17	51-00
150	Картофель тушеный <small>картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5%, мука</small>	ККАЛ-126, Б-3, Ж-4, У-19	31-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-94, У-22	12-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за обед		ККАЛ-658, Б-26, Ж-20, У-93	104-00
<u>полдник</u>			
75	Корж молочный 75 гр	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-19	25-00
200	Ряженка 2,5%	ККАЛ-102, Б-6, Ж-5, У-8	35-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-261, Б-8, Ж-9, У-38	77-00

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>			
210	Каша дружба с маслом 200/10 <small>пшено, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,3 % сахар, соль</small>	ККАЛ-209, Б-4, Ж-10, У-26	37-00
90	Запеканка творожная Школьная 90 <small>творог свежий 5 %, кефир 2,5 %, манка, яйцо, сахар, сушари паниром, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-144, Б-9, Ж-9, У-12	62-00
25	Молоко сгущенное	ККАЛ-82, Б-2, Ж-2, У-14	15-00
200	Чай яблочный <small>яблоки, сахар, чай</small>	ККАЛ-82, У-20	8-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	9-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-709, Б-21, Ж-23, У-107	135-00
<u>обед</u>			
100	Котлета Пожарская 100 <small>кури грудка, सब пшеничный (резаный) сушари паниром, яйцо, масло растительное, масло сливочное крестьянское 72,3 %, молоко сухое 25% соль</small>	ККАЛ-249, Б-16, Ж-13, У-18	72-00
180	Картофель тушеный <small>картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,3 %, муки</small>	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23	37-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-94, У-22	12-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	5-00
Итого за обед		ККАЛ-727, Б-28, Ж-19, У-111	135-00
<u>полдник</u>			
50	Язычок слоеный <small>тесто слоеное пресное, сахар</small>	ККАЛ-189, Б-2, Ж-5, У-30	25-00
200	Ряженка 2,5%	ККАЛ-102, Б-6, Ж-5, У-8	35-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-336, Б-9, Ж-11, У-49	77-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Ушрова Т.В.

ИП Пермякова

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>			
200	Каша дружба с маслом 195/5 <small>пшено, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>	ККАЛ-235, Б-6, Ж-9, У-32	28-00
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-74, Б-18, У-9	4-00
75	Булочка Домашняя <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, мелаж, соль, дрожжи сух, масло растительное</small>	ККАЛ-267, Б-11, Ж-2, У-52	21-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-609, Б-37, Ж-12, У-100	55-00
<u>обед</u>			
205	Рассольник Ленинградский со сметаной 200/5 <small>картофель, огурцы консервированные, морковь, сметана 15%, петрушка, лук репка, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-96, Б-2, Ж-4, У-20	19-00
90	Котлета рубленая из птицы (курица) 90 <small>кури грудка, хлеб пшеничный (резаный), яйца курицы, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-269, Б-17, Ж-15, У-17	51-00
150	Картофель тушеный <small>картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5%, мука</small>	ККАЛ-126, Б-3, Ж-4, У-19	31-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-94, У-22	12-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за обед		ККАЛ-754, Б-28, Ж-24, У-113	123-00
<u>полдник</u>			
75	Корж молочный 75 гр	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-19	25-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-288, Б-4, Ж-3, У-60	55-00

Директор
МБОУ СОШ
№35
Ушрова Т.В.
НП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.
Калькулятор
Пермякова Е.В.



меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
250	Каша Дружба с маслом 245/5 <small>пшено, рис, молоко сухое 23%, масло сливочное крестьянское 72,5 % сахар, соль</small>	ККАЛ-243, Б-7, Ж-7, У-37	31-00
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-74, Б-18, У-9	4-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
Итого за завтрак		ККАЛ-486, Б-31, Ж-8, У-81	44-00
обед			
255	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/5 <small>картофель, огурцы консервированные, морковь, перловка, сметана 15%, лук репка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-105, Б-2, Ж-5, У-22	22-00
100	Котлета Пожарская 100 <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., яйцо, масло растительное, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 23%, соль</small>	ККАЛ-249, Б-16, Ж-13, У-18	72-00
180	Картофель тушеный <small>картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука</small>	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23	37-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-94, У-22	12-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	5-00
Итого за обед		ККАЛ-832, Б-30, Ж-24, У-132	157-00
полдник			
50	Язычок слоеный <small>тесто слоеное пресное, сахар</small>	ККАЛ-189, Б-2, Ж-5, У-30	25-00
110	Яблоки свежие	ККАЛ-49, У-11	19-00
Итого за полдник		ККАЛ-238, Б-3, Ж-6, У-41	44-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Уникова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

