

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
90	Печень тушеная в соусе молочном 50/40 печень говяжья, мука, масло растительное, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-169, Б-8, Ж-11, У-11	66-00
150	Макароны отварные (рожек витой) 150 макароны (рожек витой), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	Кофейный напиток на молоке сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	14-00
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-617, Б-21, Ж-19, У-92	104-00
обед			
90	Комлета куриная Рябушка 90 курица, грушка, сухари паниров., манка, лук репка, масло растительное, соль, молоко сухое 25%	ККАЛ-255, Б-19, Ж-11, У-18	54-00
150	Картофель тушеный картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука	ККАЛ-126, Б-3, Ж-4, У-19	28-00
200	Напиток Витаминчик яблочки 38гр., сахар, лимонная кислота, чай-заварка	ККАЛ-117, У-29	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-667, Б-28, Ж-16, У-101	104-00
полдник			
50	Плюшка Московская 50 мука, сахар, яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух	ККАЛ-144, Б-12, Ж-2, У-19	13-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	22-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	19-00
Итого за полдник		ККАЛ-306, Б-18, Ж-9, У-38	54-00

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>			
120	Печень тушеная в соусе молочном 60/60 печень говяжья, молоко сухое 25%, мука, масло растительное, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль, для молочного соуса	ККАЛ-171, Б-9, Ж-11, У-12	90-00
180	Макароньы отварные (рождок витой) макароньы (рождок витой), масло сливочное крестьянское 72,5 % соль	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Кофейный напиток на молоке сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	14-00
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-676, Б-23, Ж-19, У-103	135-00
<u>обед</u>			
25	Закуска из свежих помидоров помидор свежий, масло растительное, соль	ККАЛ-44, Ж-4, У-1	15-00
100	Котлета куриная Рябушка 100 куры грудка, сахар пшенич., манка, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль	ККАЛ-256, Б-19, Ж-12, У-19	60-00
180	Картофель тушеный картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23	34-00
200	Напиток Витаминчик яблоки 2кг., сахар, лимонная кислота, чай-заварка	ККАЛ-117, У-29	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-802, Б-31, Ж-22, У-119	135-00
<u>полдник</u>			
60	Булочка дорожная 60 мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сух	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	21-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	22-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	19-00
Итого за полдник		ККАЛ-446, Б-13, Ж-19, У-56	62-00

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	энт. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
30	Повидло фруктовое	ККАЛ-644, Б-1, У-170	10-00
210	Макаронны отварныы с сыром макаронны (рожки), сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-297, Б-10, Ж-8, У-46	28-00
200	Чай с сахаром сахар, чай	ККАЛ-74, У-18	2-00
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-1 163, Б-16, Ж-10, У-262	49-00
обед			
210	Рассольник домашний со сметаной 200/10 картофель, капуста, огурцы консервированные, сметана 15%, морковь, лук репка, масло растительное, соль	ККАЛ-98, Б-2, Ж-5, У-11	25-00
90	Котлета куриная Рябушка 90 куриный филе, сахарный песок, манка, лук репка, масло растительное, соль, молоко сухое 25%	ККАЛ-255, Б-19, Ж-11, У-18	54-00
150	Картофель тушеный картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука	ККАЛ-126, Б-3, Ж-4, У-19	28-00
200	Напиток Витаминчик яблоки 28гр., сахар, лимонная кислота, чай-заварка	ККАЛ-117, У-29	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-765, Б-30, Ж-21, У-112	129-00
полдник			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	19-00
Итого за полдник		ККАЛ-218, Б-2, У-50	49-00

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	Макароны отварные с сыром макароны (рожки), сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-353, Б-12, Ж-9, У-55	31-00
200	Чай с сахаром сахар, чай	ККАЛ-74, У-18	2-00
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-620, Б-18, Ж-11, У-109	46-00
<u>обед</u>			
260	Рассольник домашний 250/10 картофель, капуста, огурцы консервированные, морковь, лук репка, сметана 15%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-118, Б-2, Ж-4, У-14	35-00
100	Котлета куриная Рябушка 100 куры, лук репка, сахар, паниров., манка, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль	ККАЛ-256, Б-19, Ж-12, У-19	60-00
180	Картофель тушеный картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23	34-00
200	Напиток Витаминчик яблоки 28гр., сахар, лимонная кислота, чай-заварка	ККАЛ-117, У-29	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-876, Б-33, Ж-22, У-132	155-00
<u>полдник</u>			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
90	Яблоки свежие	ККАЛ-40, У-9	16-00
Итого за полдник		ККАЛ-213, Б-2, У-49	46-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

