

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>			
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	14-00
165	Каша рисовая молочная с маслом 160/5 <small>рис, масло сливочное 23%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5% соль</small>	ККАЛ-204, Б-4, Ж-6, У-32	26-00
80	Омлет натуральный с маслом 75/5 <small>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 23% соль</small>	ККАЛ-156, Б-8, Ж-13, У-2	45-00
200	Чай с сахаром с молоком 200 <small>сахар, молоко сухое 23%, чай</small>	ККАЛ-100, Б-2, Ж-1, У-20	10-00
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			104-00
<u>обед</u>			
90	Тефтели рыбные в соусе 45/45 <small>мясной фарш, свиная (окорок), лук репчатый, хлеб пшеничный (резаный), мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, лимонная кислота, морковь, молоко сухое 23%, соль, сахар</small>	ККАЛ-132, Б-12, Ж-9, У-6	40-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 23%, соль</small>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	34-00
200	Напиток из вишни с/м <small>вишня с косточкой с/м, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-89, У-22	20-00
65	Хлеб пшеничный	ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32	8-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за обед			104-00
<u>полдник</u>			
50	Булочка с повидлом <small>мука, повидло, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, яйцо, масло растительное, молоко сухое 23%, орехи жемчужные</small>	ККАЛ-214, Б-3, Ж-6, У-36	17-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	22-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник			56-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Мирная Е.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

ИП Пермякова Е.В.
ИНН 380402256210

Калькулятор
Пермякова Е.В.

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>			
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	14-00
250	Каши рисовая молочная с маслом 240/10 <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, яйца</small>	ККАЛ-236, Б-5, Ж-9, У-37	42-00
105	Омлет натуральный с маслом 100/5 <small>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-162, Б-9, Ж-13, У-1	56-00
200	Чай с сахаром с молоком 200 <small>сахар, молоко сухое 25%, чай</small>	ККАЛ-100, Б-2, Ж-1, У-20	10-00
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-725, Б-24, Ж-28, У-94	135-00
<u>обед</u>			
110	Тефтели рыбные в соусе 60/50 <small>минтай филе, сметана (огорок), лук репка, хлеб пшеничный (резаный), мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, макароны-листья, морковь, молоко сухое 25%, соль, сахар</small>	ККАЛ-176, Б-9, Ж-11, У-13	52-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	40-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	28-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	6-00
Итого за обед		ККАЛ-669, Б-23, Ж-18, У-109	135-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка с повидлом <small>мука, повидло, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, яйцо, масло растительное, молоко сухое 25%, дрожжи</small>	ККАЛ-321, Б-4, Ж-10, У-54	24-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	22-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-484, Б-10, Ж-16, У-73	63-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Ушарова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.
ИНН 360402256210

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 рисовая молочная с маслом 195/5 <small>рис, маляко сужо 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 % соль</small>	ККАЛ-193, Б-5, Ж-6, У-30	29-00
40	Омлет натуральный <small>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5 %, маляко сужо 25%, соль</small>	ККАЛ-59, Б-3, Ж-5	19-00
200	Чай французский (ваниль) <small>сахар, чай, ванилин</small>	ККАЛ-74, У-18	4-00
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-474, Б-13, Ж-12, У-75	61-00
<u>обед</u>			
205	Суп крестьянский со сметаной 200/5 (пшено) <small>картофель, капуста, морковь, лук репка, сметана 15%, пшено, масло растительное, соль, зелень сушая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-87, Б-2, Ж-5, У-8	13-00
90	Тефтели рыбные в соусе 45/45 <small>мисной филе, свинина (окорок), лук репка, хлеб пшеничный (резаный), мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко-кислота, морковь, маляко сужо 25%, соль, сахар</small>	ККАЛ-132, Б-12, Ж-9, У-6	40-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, маляко сужо 25%, соль</small>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	34-00
200	Напиток из вишни с/м <small>вишня с косточкой с/м, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-89, У-22	20-00
65	Хлеб пшеничный	ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32	8-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за обед		ККАЛ-627, Б-23, Ж-20, У-95	117-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка с повидлом <small>мука, пшенично, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 % яйцо, масло растительное, маляко сужо 25%, дрожжи</small>	ККАЛ-321, Б-4, Ж-10, У-54	24-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
18	Мармелад трицветник	ККАЛ-29, У-7	7-00
Итого за полдник		ККАЛ-524, Б-6, Ж-10, У-102	61-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Удирова Е.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.

ИП Пермякова Е.В.
ИНН 380402256210

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 рисовая молочная с маслом 245/5 <small>рис, молоко сухое 23%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-240, Б-5, Ж-9, У-38	37-00
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	9-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за завтрак			54-00
<u>обед</u>			
255	Суп крестьянский со сметаной (пшено) 250/5 <small>картофель, капуста, морковь, лук репчатый, пшено, масло растительное, сметана 15%, соль, зелень сушеная (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-105, Б-2, Ж-6, У-11	20-00
110	Тефтели рыбные в соусе 60/50 <small>минтай филе, свиная (копченая) тушка, лук репчатый, хлеб пшеничный (резаный), мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, макароны-паста, морковь, молоко сухое 23%, соль, сахар</small>	ККАЛ-176, Б-9, Ж-11, У-13	52-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 23%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	40-00
200	Напиток из вишни с/м <small>вишня с косточкой с/м, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-89, У-22	20-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	6-00
Итого за обед			147-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка с повидлом <small>мука, повидло, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, яйцо, масло растительное, молоко сухое 23%, дрожжи сух</small>	ККАЛ-321, Б-4, Ж-10, У-54	24-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник			54-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Синцова У.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

ИП Пермякова Е.В.
ИНН 380402256210
Пермякова Е.В.