


меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
40	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-6. У-1	12-00
90	Котлета кур в сырной панировке <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., сыр твердый, мука, масло растительное, яйцо, соль</small>	ККАЛ-168. Б-13. Ж-11. У-12	55-00
150	Макаронные отварные (спираль) 150 <small>макаронные (спираль), масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-188. Б-5. Ж-4. У-33	15-00
200	Кофейный напиток на молоке <small>сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%</small>	ККАЛ-113. Б-3. Ж-2. У-21	14-00
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-623. Б-26. Ж-19. У-94	104-00
обед			
100	Гуляш из свинины 50/50 <small>свинины (лопатки), лук репка, томат-паста, масло сливочное крестьянское 72,5%, мука, соль</small>	ККАЛ-256. Б-11. Ж-22. У-5	68-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-205. Б-7. Ж-5. У-32	15-00
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	3-00
Итого за обед		ККАЛ-723. Б-24. Ж-28. У-94	104-00
полдник			
60	Булочка дорожная 60 <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-283. Б-7. Ж-12. У-37	20-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100. Б-6. Ж-5. У-8	31-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35. Б-1. У-8	29-00
Итого за полдник		ККАЛ-419. Б-13. Ж-17. У-53	80-00

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>			
40	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-6. У-1	12-00
105	Котлета кур в сырной панировке с маслом 100/5 <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, масло растительное, яйцо, соль</small>	ККАЛ-178. Б-15. Ж-11. У-14	69-00
180	Макароны отварные (спираль) <small>макароны (спираль), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-199. Б-6. Ж-5. У-34	18-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85. Б-1. У-20	25-00
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-661. Б-27. Ж-18. У-104	135-00
<u>обед</u>			
45	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-10. Б-1. У-2	12-00
110	Гуляш из свинины 60/50 <small>свинина (лопатка), лук репка, томат-паста, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, соль</small>	ККАЛ-307. Б-13. Ж-26. У-5	81-00
180	Каша гречневая рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-225. Б-9. Ж-6. У-33	18-00
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	8-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68. Б-3. Ж-1. У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-869. Б-31. Ж-33. У-110	135-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с яблоком <small>тесто слоеное ороженное, фарш яблочный, масло растительное, меланж, мука</small>	ККАЛ-213. Б-3. Ж-6. У-39	25-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100. Б-6. Ж-5. У-8	31-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35. Б-1. У-8	29-00
Итого за полдник		ККАЛ-348. Б-9. Ж-11. У-54	85-00

Директор
МБОУ СОШ
№35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Клиент
Пермяков 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>			
25	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-4, У-1	8-00
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	11-00
210	Макароньы отварные с сыром <small>макароньы (рожки), сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-297, Б-10, Ж-8, У-46	27-00
200	Чай русский (карамель) <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-38, У-9	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		ККАЛ-520, Б-18, Ж-12, У-83	59-00
<u>обед</u>			
45	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-10, Б-1, У-2	12-00
200	Суп картофельный с рисом 200 <small>картофель, рис, лук репка, морковь, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-112, Б-4, Ж-4, У-20	11-00
90	Гуляш из свинины 45/45 <small>свинина (окорок), лук репка, томат-паста, масло сливочное крестьянское 72,5%, лука, соль</small>	ККАЛ-231, Б-10, Ж-19, У-4	60-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	15-00
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	3-00
Итого за обед		ККАЛ-820, Б-28, Ж-30, У-115	119-00
<u>полдник</u>			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
Итого за полдник		ККАЛ-208, Б-3, У-48	59-00

Директор
МБОУ СОШ
№35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

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>			
25	Повидло фруктовое	ККАЛ-81, У-21	9-00
240	Макароньы отварные с сыром <small>макароньы (ролеки), сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-339, Б-12, Ж-9, У-53	31-00
200	Чай русский (карамель) <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-38, У-9	5-00
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-622, Б-17, Ж-11, У-114	54-00
<u>обед</u>			
80	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-17, Б-1, У-3	23-00
250	Суп картофельный с рисом <small>картофель, лук репка, морковь, рис, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-123, Б-4, Ж-4, У-19	14-00
100	Гуляш из свинины 50/50 <small>свинина (лопатка), лук репка, томат-паста, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, соль</small>	ККАЛ-256, Б-11, Ж-22, У-5	68-00
180	Каша гречневая рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
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	8-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-948, Б-33, Ж-33, У-129	147-00
<u>полдник</u>			
75	Корж молочный 75 гр	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-19	24-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-288, Б-4, Ж-3, У-60	54-00

Директор
МБОУ СОШ
№35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

