

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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	11-00
165	Каша рисовая молочная с маслом 160/5 <small>рис, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-203, Б-4, Ж-6, У-32	27-00
80	Омлет натуральный с маслом 75/5 <small>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-156, Б-8, Ж-13, У-2	49-00
200	Чай с шиповником <small>сахар, шиповник, чай</small>	ККАЛ-64, У-15	9-00
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-605, Б-19, Ж-23, У-76	104-00
<u>Молочная Перемена</u>			
200	Молоко питьевое пастеризованное 2,5%	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
Итого за Молочная Перемена		ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
<u>обед</u>			
100	Тефтели рыбные в соусе 50/50 <small>минтай филе, свирина (охорок), лук репка, хлеб пшеничный (резаный), мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, томат-паста, морковь, молоко сухое 25%, соль, сахар</small>	ККАЛ-147, Б-13, Ж-10, У-7	42-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	27-00
200	Сок фруктовый яблочно-виноградный	ККАЛ-125, Б-1, У-30	26-00
65	Хлеб пшеничный	ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за обед		ККАЛ-591, Б-23, Ж-15, У-96	104-00
<u>полдник</u>			
50	Булочка с повидлом <small>мука, повидло, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, яйцо, масло растительное, молоко сухое 25%, дрожжи</small>	ККАЛ-214, Б-3, Ж-6, У-36	17-00
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-432, Б-5, Ж-7, У-86	64-00
Итого за день		ККАЛ-1 734, Б-53, Ж-51, У-268	272-00

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	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
15	Сыр в нарезке	ККАЛ-52, Б-4, Ж-4	16-00
250	Каша рисовая молочная с маслом 240/10 <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>	ККАЛ-236, Б-5, Ж-9, У-37	42-00
110	Омлет натуральный с маслом 105/5 <small>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-162, Б-9, Ж-13, У-1	57-00
200	Чай с шиповником <small>сахар, шиповник, чай</small>	ККАЛ-64, У-15	9-00
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-706, Б-24, Ж-28, У-89	135-00
<u>обед</u>			
15	Помидор свежий с маслом растительным <small>помидор свежий, масло растительное</small>	ККАЛ-16, Ж-2, У-1	8-00
120	Тефтели рыбные в соусе 70/50 <small>минтай филе, свинина (окорач), лук репка, хлеб пшеничный (резаный), мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, мясной-пашто, морковь, молоко сухое 25%, соль, сахар</small>	ККАЛ-176, Б-9, Ж-11, У-13	56-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	32-00
200	Сок фруктовый яблочно-виноградный	ККАЛ-125, Б-1, У-30	26-00
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-725, Б-23, Ж-19, У-120	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

Улицова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

13.01.2025
ИП 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, молоко сухое 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%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-59, Б-3, Ж-5	19-00
200	Чай французский (ваниль) <small>сахар, чай, ванилин</small>	ККАЛ-74, У-18	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-474, Б-13, Ж-12, У-75	61-00
<u>обед</u>			
210	Суп крестьянский со сметаной 200/10 (пшено) <small>картофель, капуста, сметана 15%, морковь, лук репка, пшено, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-87, Б-2, Ж-5, У-8	17-00
100	Тефтели рыбные в соусе 50/50 <small>минтай филе, свинина (окорок), лук репка, хлеб пшеничный (резаный), мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, тапиока-паста, морковь, молоко сухое 25%, соль, сахар</small>	ККАЛ-147, Б-13, Ж-10, У-7	42-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	27-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	22-00
65	Хлеб пшеничный	ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за обед		ККАЛ-638, Б-25, Ж-20, У-94	117-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка с повидлом <small>мука, повидло, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, яйцо, масло растительное, молоко сухое 25%, орехи</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 трицветик	ККАЛ-29, У-7	7-00
Итого за полдник		ККАЛ-524, Б-6, Ж-10, У-102	61-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Утрово 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 рисовая молочная с маслом 245/5 <small>рис, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянские 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-240, Б-5, Ж-9, У-38	36-00
200	Чай с сахаром, лимоном <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	7-00
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-510, Б-11, Ж-11, У-92	54-00
<u>обед</u>			
260	Суп крестьянский со сметаной (пшено) 250/10 <small>картофель, капуста, морковь, лук репка, сметана 15%, пшено, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-105, Б-2, Ж-6, У-11	20-00
120	Тефтели рыбные в соусе 70/50 <small>минтай филе, свинина (окорок), лук репка, хлеб пшеничный (резаный), мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мажират-паста, морковь, молоко сухое 25%, соль, сахар</small>	ККАЛ-176, Б-9, Ж-11, У-13	56-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	32-00
200	Сок фруктовый яблочно-виноградный	ККАЛ-125, Б-1, У-30	26-00
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-814, Б-25, Ж-24, У-130	147-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка с повидлом <small>мука, повидло, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, яйца, масло растительное, молоко сухое 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
Итого за полдник		ККАЛ-494, Б-6, Ж-10, У-94	54-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

