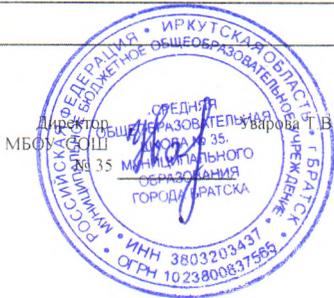


меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
40	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-9, У-2	13-00
100	Котлета рыбная 'Емеля', <small>минтай филе, таурог свежий 9%, кури груока, лук репка, сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5%, манка, яйцо, соль</small>	ККАЛ-114, Б-5, Ж-5, У-13	71-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	30-00
200	Чай "Черничка" <small>сахар, брусника свежемороженая, чай</small>	ККАЛ-55, У-13	10-00
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-529, Б-15, Ж-13, У-88	135-00
<u>обед</u>			
30	Закуска из свежих огурцов <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-28, Ж-3, У-1	9-00
100	Курица рубленая под сыром <small>кури груока, сметана 15%, лук репка, сухари паниров., сыр твердый, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-157, Б-12, Ж-9, У-7	82-00
180	Рис по-монастырски <small>лук репка, рис, морковь, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-234, Б-4, Ж-8, У-37	22-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоки, сахар, вишня сухая, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	10-00
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-743, Б-24, Ж-20, У-115	135-00
<u>полдник</u>			
100	Булочка Веснушка 100 <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, меланж, соль, орехи суш, масло растительное</small>	ККАЛ-328, Б-8, Ж-12, У-47	25-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	34-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-525, Б-13, Ж-17, У-79	76-00

ИП Пермякова
Е.В.

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>			
110	Яблоки свежие	ККАЛ-49, У-11	20-00
200	Каша пшениная молочная с маслом 195/5 <small>пшено, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское ~2,5%, сахар, соль</small>	ККАЛ-206, Б-6, Ж-6, У-31	23-00
200	Чай с сахаром, лимоном <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	6-00
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-479, Б-12, Ж-8, У-87	57-00
<u>обед</u>			
40	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-6, У-1	12-00
210	Борщ с капустой и картофелем 200/10 <small>свекла, капуста, картофель, сметана 15%, морковь, лук репка, масло растительное, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</small>	ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18	20-00
90	Биточки из птицы 90 (курица) <small>курица, крупа, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло растительное, соль</small>	ККАЛ-167, Б-16, Ж-7, У-12	52-00
150	Рис по-монастырски 150 <small>лук репка, рис, морковь, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-195, Б-3, Ж-5, У-31	18-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоки, сахар, вишня сухая, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	10-00
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-737, Б-27, Ж-18, У-118	121-00
<u>полдник</u>			
80	Пряник промышленный	ККАЛ-269, Б-4, Ж-2, У-62	27-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-442, Б-6, Ж-2, У-103	57-00

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 пшеничная молочная с маслом 240/10 <i>пшено, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</i>	ККАЛ-161, Б-4, Ж-8, У-23	34-00
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ККАЛ-74, У-18	5-00
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-428, Б-9, Ж-10, У-77	50-00
<u>обед</u>			
10	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-1	3-00
260	Борщ с капустой и картофелем 250/10 <i>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</i>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-20	22-00
100	Курица рубленая под сыром <i>куры грудка, сметана 15%, лук репка, сухари паниров., сыр твердый, масло растительное, соль</i>	ККАЛ-157, Б-12, Ж-9, У-7	82-00
180	Рис по-монастырски <i>лук репка, рис, морковь, масло растительное, соль</i>	ККАЛ-234, Б-4, Ж-8, У-37	22-00
200	Напиток яблочно-вишневый <i>яблоки, сахар, вишни сухая, лимонная кислота</i>	ККАЛ-92, У-23	10-00
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-835, Б-26, Ж-23, У-135	151-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка Веснушка 75 <i>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, меланж, соль, орешки сух., масло растительное</i>	ККАЛ-328, Б-8, Ж-12, У-47	20-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-501, Б-10, Ж-12, У-88	50-00



Директор
МБОУ СОШ № 35

ИП Пермякова
Е. В.

Пермякова Е. В.

Калькулятор
Пермякова Е. В.