

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	н.п.п. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
20	Помидор свежий с маслом растительным <small>помидор свежий, масло растит. масло</small>	ККАЛ-22, Ж-2, У-1	8-00
90	Котлета Московская <small>фарш мясной, сметана (липовка), хлеб пшеничный (ржаной), яйцо куриное, масло растительное, соль, перец</small>	ККАЛ-219, Б-7, Ж-24, У-11	60-00
150	Рис припущенный 150 <small>рис, масло сливочное крестьянское 72,5% слив.</small>	ККАЛ-191, Б-4, Ж-1, У-35	21-00
200	Чай с сахаром, лимоном <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	7-00
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-657, Б-15, Ж-31, У-93	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>			
30	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-5, У-1	15-00
90	Тефтели мясные 60/30 <small>фарш мясной, лук репчатый, хлеб пшеничный (ржаной), яйцо куриное, масло растительное, специи, соль, сахар</small>	ККАЛ-230, Б-8, Ж-18, У-11	40-00
150	Макароны отварные (рожки) 150 <small>макароны (рожки), масло сливочное крестьянское 72,5% слив.</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	Сок фруктовый абрикосовый	ККАЛ-106, У-25	25-00
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-697, Б-19, Ж-23, У-105	104-00
<u>полдник</u>			
65	Ватрушка с повидлом <small>тесто слоистое дрожжевое, повидло, яйцо куриное, масло растительное</small>	ККАЛ-211, Б-4, Ж-5, У-38	22-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	33-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	33-00
Итого за полдник		ККАЛ-399, Б-11, Ж-10, У-67	88-00

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование б.пода	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
45	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-10, Б-1, У-2	20-00
105	Котлета Московская с маслом сливочным 100/5 <small>(фарш мясной, сметана (жирная) хлеб пшеничный (трехкласный) яйца курицы, масло сливочное, картофель, лук репчатый)</small>	ККАЛ-269, Б-8, Ж-25, У-12	72-00
180	Рис припущенный 180 <small>рис, масло сливочное кристаллическое 72,5%, соль</small>	ККАЛ-230, Б-4, Ж-5, У-36	25-00
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-778, Б-19, Ж-32, У-105	135-00
<u>обед</u>			
15	Огурец свежий с маслом растительным. <small>огурец свежий, масло растительное</small>	ККАЛ-14, Ж-1	7-00
100	Котлета Сельская запеченная <small>курица стружка, фарш мясной, яйцо, лук репчатый, хлеб пшеничный (трехкласный), масло растительное</small>	ККАЛ-215, Б-14, Ж-11, У-10	73-00
180	Макаронны отварные (ролеки) <small>макаронны (ролеки), масло сливочное кристаллическое 72,5%, соль</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Сок фруктовый яблочный	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
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-746, Б-29, Ж-19, У-112	135-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка Российская 75 <small>яйца, сахар, масло сливочное кристаллическое 72,5%, дрожжи (сухие), соль, мука пшеничная (высший сорт), ванилин</small>	ККАЛ-323, Б-12, Ж-7, У-48	20-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	33-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	33-00
Итого за полдник		ККАЛ-511, Б-18, Ж-12, У-77	86-00

Директор
МБОУ СОШ
№35



Handwritten signature

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

Handwritten signature



меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование б.пода	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
20	Повидло фруктовое	ККАЛ-430, Б-1, У-114	7-00
50	Блинчики <small>мука, молоко сухое 25%, яйца, сахар, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-111, Б-4, Ж-3, У-17	10-00
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	28-00
200	Чай итальянский (корица) <small>сахар чай корица</small>	ККАЛ-34, У-9	5-00
35	Батон	ККАЛ-99, Б-3, Ж-1, У-18	5-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-901, Б-14, Ж-11, У-194	57-00
<u>обед</u>			
25	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-4, У-1	11-00
210	Борщ с капустой и картофелем 200/10 <small>свекла, капуста, картофель, сливочное 15%, морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста, сахар, соль, петрушка свежая</small>	ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18	21-00
90	Тертель мясные 60/30 <small>фарш мясной, лук репчатый, хлеб пшеничный (белый), масло растительное, мука, томат-паста, морковь, сахар</small>	ККАЛ-230, Б-8, Ж-18, У-11	40-00
150	Макарон отварные (рожки) 150 <small>макарон (рожки) масло сливочное крестьянское 72,5% соль</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	Сок фруктовый абрикосовый	ККАЛ-106, У-25	25-00
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-806, Б-21, Ж-28, У-123	121-00
<u>полдник</u>			
65	Ватрушка с повидлом <small>тесто слоистое сложенное, повидло, мука, масло сливочное растительное</small>	ККАЛ-211, Б-4, Ж-5, У-38	22-00
200	Напиток овсяный шоколадный 1/200	ККАЛ-370, Б-10, Ж-32, У-95	35-00
Итого за полдник		ККАЛ-581, Б-14, Ж-37, У-133	57-00

Директор МБОУ СОШ № 35 Уварова Т. В. ИП Пермякова Е. В.



[Handwritten signature]

Пермякова Е. В. Калькулятор Пермякова Е. В.

[Handwritten signature]



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 крестьянское 72,5% слив.</small>	ККАЛ-240, Б-5, Ж-9, У-38	34-00
200	Чай итальянский (корица) <small>сахар, чай, корица</small>	ККАЛ-34, У-9	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-467, Б-11, Ж-11, У-82	50-00
<u>обед</u>			
260	Борщ с капустой и картофелем 250/10 <small>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сельдерей 15%, масло растительное топленое-паста, сахар, соль, лимонная кислота</small>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-20	23-00
100	Котлета Сельская запеченная <small>курица грудка, фарш мясной, яйцо, лук репчатый, хлеб пшеничный крестьянский, масло растительное</small>	ККАЛ-215, Б-14, Ж-11, У-10	73-00
180	Макароны отварные (рожки) <small>макароны (рожки), масло сливочное крестьянское 72,5% слив.</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Сок фруктовый яблочный	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
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-851, Б-30, Ж-23, У-132	151-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка Российская 75 <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5% топленое слив., 25% масло растительное, дрожжи сухие, соль, ванилин</small>	ККАЛ-323, Б-12, Ж-7, У-48	20-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-497, Б-14, Ж-7, У-89	50-00

Директор МБОУ СОШ № 35 Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор Пермякова Е.В.

