

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
90	Печень тушеная в соусе молочном 50/40 печень говяжья, мука, масло растительное, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %	ККАЛ-169, Б-8, Ж-11, У-11	66-00
150	Макаронь отварные (спираль) 150 макаронь (спираль), масло сливочное крестьянское 72,5 %	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	Кофейный напиток на молоке сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	14-00
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-617, Б-21, Ж-19, У-92	104-00
обед			
90	Котлета куриная Рябушка 90 куры грудка, сахар пшенице, манка, лук репка, масло растительное, соль, молоко сухое 25%	ККАЛ-255, Б-19, Ж-11, У-18	54-00
150	Картофель тушеный картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука	ККАЛ-126, Б-3, Ж-4, У-19	32-00
200	Напиток из с/фр сухофрукты, сахар, лимонная кислота	ККАЛ-117, У-29	8-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за обед		ККАЛ-667, Б-28, Ж-16, У-101	104-00
полдник			
50	Плюшка Московская 50 мука, сахар, яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, масло растительное, разрыхлитель	ККАЛ-144, Б-12, Ж-2, У-19	13-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	22-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	19-00
Итого за полдник		ККАЛ-306, Б-18, Ж-9, У-38	54-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Пермякова Е.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

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

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)
завтрак			
10	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-1	6-00
120	Печень тушеная в соусе молочном 60/60 печень говяжья, молоко сухое 25%, мука, масло растительное, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль, для молочного соуса	ККАЛ-168, Б-9, Ж-11, У-12	84-00
180	Макароны отварные (спираль) макароны (спираль), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Кофейный напиток на молоке сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	14-00
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			135-00
обед			
100	Котлета куриная Рябушка 100 куры грудки, сахар паниров., манка, лук репка, масло растительное, молока сухое 25% соль	ККАЛ-256, Б-19, Ж-12, У-19	60-00
180	Картофель тушеный картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23	38-00
200	Напиток яблочно - вишневый (яблоки, вишня с/м) яблоки, сахар, вишня свежемороженая б/к, лимонная кислота	ККАЛ-92, У-23	23-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	5-00
Итого за обед			135-00
полдник			
60	Булочка дорожная 60 мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сух	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	21-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	22-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	19-00
Итого за полдник			62-00

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

Пермякова Е.В.

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

Пермякова Е.В.

меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
30	Повидло фруктовое	ККАЛ-80, У-21	12-00
200	Каша пишенная молочная с маслом 195/5 пшено, мажко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль	ККАЛ-215, Б-5, Ж-10, У-23	25-00
200	Чай с сахаром сахар, чай	ККАЛ-78, У-19	3-00
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-520, Б-10, Ж-11, У-91	49-00
обед			
210	Суп из овощей 200/10 картофель, капуста, сметана 15%, морковь, лук репка, горошек зеленый консервированный, масло растительное, помидор-паста, соль	ККАЛ-147, Б-6, Ж-6, У-19	25-00
90	Котлета куриная Рябушка 90 куры грудка, сахар, паприка, манка, лук репка, масло растительное, соль, мажко сухое 25%	ККАЛ-255, Б-19, Ж-11, У-18	54-00
150	Картофель тушеный картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука	ККАЛ-126, Б-3, Ж-4, У-19	32-00
200	Напиток из с/фр суперфрукты, сахар, лимонная кислота	ККАЛ-117, У-29	8-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за обед		ККАЛ-813, Б-34, Ж-21, У-120	129-00
полдник			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	19-00
Итого за полдник		ККАЛ-218, Б-2, У-50	49-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Пермякова Е.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Календарь
Пермякова Е.В.

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 пшеничная молочная с маслом 245/5 пшено, молоко сухое 23%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-165, Б-4, Ж-8, У-24	30-00
200	Чай с сахаром сахар, чай	ККАЛ-78, У-19	3-00
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-435, Б-10, Ж-10, У-79	46-00
<u>обед</u>			
255	Суп из овощей со сметаной 250/5 картофель, капуста, морковь, лук репка, горошек зеленый консервированный, масло растительное, сметана 15%, соль, томат-паста	ККАЛ-104, Б-2, Ж-6, У-11	20-00
100	Котлета куриная Рябушка 100 куры грудка, сушари панчуров, манка, лук репка, масло растительное, молоко сухое 23%, соль	ККАЛ-256, Б-19, Ж-12, У-19	60-00
180	Картофель тушеный картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23	38-00
200	Напиток яблочно - вишневый (яблоки, вишня с/м) яблоки, сахар, вишня свежемороженая 6%, лимонная кислота	ККАЛ-92, У-23	23-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	5-00
Итого за обед		ККАЛ-836, Б-32, Ж-24, У-123	155-00
<u>полдник</u>			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
90	Яблоки свежие	ККАЛ-40, У-9	16-00
Итого за полдник		ККАЛ-213, Б-2, У-49	46-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

ИП Пермякова Е.В.

ИП Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.

ИП Пермякова Е.В.
ИН 380402256210

Калькулятор
Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.