

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
15	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-2	7-00
90	Котлета рыбная в сырной панировке 90	ККАЛ-200, Б-13, Ж-11, У-12	58-00
<small>мясной фарш, сметана (жирная), хлеб пшеничный (средний), яйцо, масло растительное, сахар, панировоч. сыр твердый, мука, соль</small>			
150	Картофельное пюре 150	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	26-00
<small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 22%, соль</small>			
200	Чай французский (ваниль)	ККАЛ-74, У-18	5-00
<small>сахар, чай, ванилин</small>			
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-557, Б-21, Ж-17, У-78	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	Помидор свежий с маслом растительным	ККАЛ-33, Ж-3, У-1	13-00
<small>помидор свежий, масло растительное</small>			
90	Печень тушеная в соусе красном основном 45/45	ККАЛ-178, Б-11, Ж-8, У-14	58-00
<small>печень говяжья, масло сливочное крестьянское 72,5%, мука, томат-паста, морковь, лук репчатый, сахар</small>			
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	14-00
<small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>			
200	Напиток яблочно-вишневый	ККАЛ-92, У-23	10-00
<small>яблоки, сахар, панин сухой, лимонной кислоты</small>			
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-676, Б-25, Ж-17, У-104	104-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с яблоком	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	25-00
<small>тесто сладкое дрожжевое, фарш яблочный, масло растительное, сахар, яйца</small>			
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	23-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	33-00
Итого за полдник		ККАЛ-348, Б-9, Ж-11, У-54	81-00

Директор
МБОУ СОШ



Уварова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Handwritten signature of E.V. Permyakova

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

Handwritten signature of E.V. Permyakova



меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
20	Горошек зеленый <i>горошек зеленый, масло растительное</i>	ККАЛ-8, Б-1, У-1	15-00
100	Котлета рыбная в сырной панировке 100 <i>минтай филе, свиная шпикотка, хлеб пшеничный, сметана, яйцо, масло растительное, сливочное, сыр, петрушка, лук, соль</i>	ККАЛ-223, Б-15, Ж-12, У-14	64-00
180	Картофельное пюре 180 <i>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</i>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	31-00
200	Чай "Ежевичка" <i>сахар, брикетки свежесморожская чай</i>	ККАЛ-55, У-13	14-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-81, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак			135-00
<u>обед</u>			
30	Помидор свежий с маслом растительным <i>помидор свежий, масло растительное</i>	ККАЛ-33, Ж-3, У-1	13-00
100	Печень тушеная в соусе красном основном 50/50 <i>печень говяжья, масло сливочное крестьянское 72,5%, хлеб пшеничный, лук, морковь, соль</i>	ККАЛ-203, Б-12, Ж-12, У-15	67-00
180	Каша гречневая рассыпчатая <i>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</i>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	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			135-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с капустой <i>капуста, лук, сахар, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи, соль, яйцо</i>	ККАЛ-216, Б-5, Ж-8, У-30	25-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	23-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	33-00
Итого за полдник			81-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35



Handwritten signature

Перминова Е.В.

Калькулятор
Перминова Е.В.

Handwritten signature



меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	н.п.п. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость позавтраки (руб)
<u>завтрак</u>			
110	Яблоки свежие	ККАЛ-49, У-11	19-00
200	Каши манная молочная с маслом 195/5 <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5% жирности</small>	ККАЛ-180, Б-4, Ж-9, У-21	22-00
200	Чай французский (ваниль) <small>сахар, чай ваниль</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-450, Б-9, Ж-11, У-76	54-00
<u>обед</u>			
25	Помидор свежий с маслом растительным <small>помидор свежий, масло растительное</small>	ККАЛ-37, Ж-3, У-1	11-00
210	Суп из овощей со сметаной 200/10 <small>картофель, капуста, сметана 15%, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло растительное, помидор-паста соевая</small>	ККАЛ-92, Б-1, Ж-4, У-13	22-00
90	Печень тушеная в соусе красном основном 45/45 <small>печень говяжья, масло сливочное крестьянское 72,5%, лук репчатый, морковь, лук репчатый, сахар</small>	ККАЛ-178, Б-11, Ж-8, У-14	58-00
150	Каши гречневая рассыпчатая 150 <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	14-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоки, сахар, вода, сок яблочный натуральный</small>	ККАЛ-92, У-23	10-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-31, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед		ККАЛ-762, Б-26, Ж-20, У-117	124-00
<u>полдник</u>			
50	Ватрушка с творогом <small>тесто слоистое дрожжевое, фарш творожный с ватрушкой, сливочное масло, масло сливочное, сахар, растительное</small>	ККАЛ-144, Б-7, Ж-3, У-21	24-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-317, Б-9, Ж-3, У-61	54-00

Директор МБОУ СОШ № 35 Пермякова Е.В.

Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор Пермякова Е.В.

Е.В.



меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	н. пеп. (ккал), белки (г), углевода (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
18	Мармелад трицветик	ККАЛ-29, У-7	7-00
250	Каша манная молочная с маслом 240/10	ККАЛ-210, Б-6, Ж-9, У-26	32-00
200	Чай французский (ваниль)	ККАЛ-71, 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-506, Б-11, Ж-11, У-87	55-00
<u>обед</u>			
30	Помидор свежий с маслом растительным	ККАЛ-33, Ж-3, У-1	13-00
260	Суп из овощей со сметаной 250/10	ККАЛ-104, Б-2, Ж-6, У-11	26-00
100	Печень тушеная в соусе красном основном 50/50	ККАЛ-203, Б-12, Ж-12, У-15	67-00
180	Каша гречневая рассыпчатая	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
200	Напиток яблочно-вишневый	ККАЛ-92, У-23	10-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-161, 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-890, Б-32, Ж-28, У-130	146-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с капустой	ККАЛ-216, Б-5, Ж-8, У-30	25-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-389, Б-7, Ж-8, У-70	55-00

Директор
МБОУ СОШ № 35

Пермякова Е. В.

Пермякова Е. В.

Калькулятор
Пермякова Е. В.

