

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
90	Печень тушеная в соусе молочном 45/45 <small>печень говяжья, молоко сухое 25%, мука, масло растительное, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-146, Б-7, Ж-10, У-8	57-00
150	Макаронь отварные (спираль) 150 <small>макаронь (спираль), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	Какао с молоком <small>молоко сухое 25%, сахар, какао-порошок</small>	ККАЛ-134, Б-4, Ж-3, У-23	24-00
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-615, Б-21, Ж-19, У-91	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>			
90	Котлета куриная Рябушка 90 <small>куры грудка, сухари паниров., манка, лук репка, масло растительное, соль, молоко сухое 25%</small>	ККАЛ-255, Б-19, Ж-11, У-18	54-00
150	Картофель тушеный <small>картофель, лук репка, моркови, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука</small>	ККАЛ-126, Б-3, Ж-4, У-19	26-00
200	Напиток из вишни, чернослива <small>вишня сухая, чернослив, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-103, У-25	15-00
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-653, Б-27, Ж-16, У-98	104-00
<u>полдник</u>			
50	Плюшка Московская <small>мука, сахар, яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-96, Б-8, Ж-2, У-13	13-00
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-313, Б-11, Ж-2, У-63	62-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

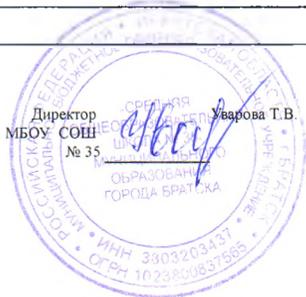
Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

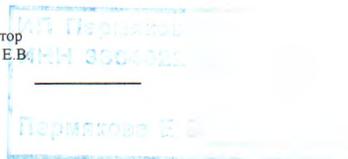


меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
10	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-2	6-00
120	Печень тушеная в соусе молочном 60/60 <small>печень говяжья, молоко сухое 25%, мука, масло растительное, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль, для молочного соуса</small>	ККАЛ-168, Б-9, Ж-11, У-12	76-00
180	Макароньы отварные (спираль) <small>макароньы (спираль), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Какао с молоком <small>молоко сухое 25%, сахар, какао-порошок</small>	ККАЛ-134, Б-4, Ж-3, У-23	24-00
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-696, Б-24, Ж-20, У-105	135-00
<u>обед</u>			
10	Огурец консервированный	ККАЛ-1	5-00
100	Котлета куриная Рябушка 100 <small>куры грудка, сухари паниров., манка, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-256, Б-19, Ж-12, У-19	60-00
180	Картофель тушеный <small>картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука</small>	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23	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
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-766, Б-31, Ж-18, У-120	135-00
<u>полдник</u>			
60	Булочка дорожная 60 <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сух</small>	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		ККАЛ-446, Б-13, Ж-19, У-56	62-00

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)
завтрак			
250	Макароны отварные с сыром <small>макароны (рожки), сыр твердый, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-353, Б-12, Ж-9, У-55	32-00
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-74, У-18	3-00
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-620, Б-18, Ж-11, У-109	46-00
обед			
260	Рассольник домашний 250/10 <small>картофель, капуста, огурцы консервированные, морковь, лук репка, сметана 15%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-118, Б-2, Ж-4, У-14	36-00
100	Котлета куриная Рябушка 100 <small>куры грудка, сухари паниров., манка, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-256, Б-19, Ж-12, У-19	60-00
180	Картофель тушеный <small>картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука</small>	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23	32-00
200	Напиток из вишни, чернослива <small>вишня сухая, чернослива, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-103, У-25	15-00
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-862, Б-33, Ж-22, У-129	155-00
полдник			
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

Уварова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

