

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 50/40 печень говяжья, мука, масло растительное, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-169, Б-8, Ж-11, У-11	66-00
150	Макароны отварные (рожек витой) 150 макароны (рожек витой), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	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
<u>обед</u>			
90	Котлета куриная Рябушка 90 куры грудки, сахар паниров., майка, 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 Витаминчик яблоки 23гр., сахар, лимонная кислота, чай-заварка	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
<u>полдник</u>			
50	Плюшка Московская 50 мука, сахар, яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух	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

Иванова Т.В.

И.П. 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-1	6-00
120	Печень тушеная в соусе молочном 60/60	ККАЛ-168, Б-9, Ж-11, У-12	84-00
печень говяжья, молоко сухое 25%, мука, масло растительное, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль, для молочного соуса			
180	Макароны отварные (рожок витой)	ККАЛ-225, Б-6, Ж-5, У-39	18-00
макароны (рожок витой), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль			
200	Кофейный напиток на молоке	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	14-00
сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%			
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-700, Б-24, Ж-19, У-108	135-00
<u>обед</u>			
20	Закуска из свежих помидоров	ККАЛ-36, Ж-4, У-1	12-00
помидор свежий, масло растительное, соль			
100	Котлета куриная Рябушка 100	ККАЛ-256, Б-19, Ж-12, У-19	63-00
куры грудка, куриный панир, майонез, лук, репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль			
180	Картофель тушеный	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23	38-00
картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука			
200	Напиток Витаминчик	ККАЛ-117, У-29	8-00
яблочки 28гр., сахар, лимонная кислота, чай-заварка			
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-793, Б-31, Ж-22, У-119	135-00
<u>полдник</u>			
60	Булочка дорожная 60	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	21-00
мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сух			
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

Директор
МБОУ СОШ
№ 13

Удальцова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

ИП Пермякова Е.В.
ИНН 3804022862
Пермякова Е.В.

меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
30	Повидло фруктовое	ККАЛ-644, Б-1, У-170	12-00
200	Кашиа пшенинная молочная с маслом 195/5	ККАЛ-215, Б-5, Ж-10, У-23	23-00
	лино, матоко суае 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, савь		
200	Чай с сахаром	ККАЛ-74, Б-18, У-9	5-00
	сахар, чай		
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-1 081, Б-29, Ж-12, У-230	49-00
обед			
210	Суп крестьянский со сметаной (перловка) 200/10	ККАЛ-80, Б-2, Ж-4, У-10	25-00
	кнусто, кнрнфелъ, сметана 15%, перловка, морковь, лук репка, масло растительное, савь		
90	Котлета куриная Рябушка 90	ККАЛ-255, Б-19, Ж-11, У-18	54-00
	куры зрудка, суаарь ланнров, мякя, лук репка, масло растительное, савь, маного суае 25%		
150	Картофель тушеный	ККАЛ-126, Б-3, Ж-4, У-19	32-00
	картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука		
200	Напиток Витаминчик	ККАЛ-117, У-29	8-00
	яблони 28гр., сахар, лимонная кислота, чай-заварка		
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-31, Б-2, У-10	4-00
Итого за обед		ККАЛ-747, Б-29, Ж-19, У-111	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

Ударица Т.В.

ИПП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

ИПП Пермякова Е.В.

ИНН 360402286210

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 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-165, Б-4, Ж-8, У-24	28-00
200	Чай с сахаром сахар, чай	ККАЛ-74, Б-18, У-9	5-00
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-432, Б-28, Ж-10, У-69	46-00
<u>обед</u>			
260	Суп крестьянский со сметаной (перловка) 250/10 картофель, перловка, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль	ККАЛ-100, Б-2, Ж-5, У-13	32-00
100	Котлета куриная Рябушка 100 куры грудка, сухари паниров., мажга, лук репка, масло растительное, молоко сухое 25%, соль	ККАЛ-256, Б-19, Ж-12, У-19	63-00
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 Витаминчик яблоки 28гр., сахар, лимонная кислота, чай-заварка	ККАЛ-117, У-29	8-00
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-857, Б-33, Ж-23, У-131	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
Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

