

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	Шарики рыбные 50/40 минтай филе, тварог свежий 5 %, кури грудка, мука, лук репка, томат-паста, масло растительное, морковь, манка, яйцо, соль, сахар	ККАЛ-117, Б-10, Ж-5, У-8	40-00
150	Картофельное пюре 150 картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	34-00
200	Чайный напиток Росинка сок фруктовый яблочный, сахар, чай	ККАЛ-77, У-19	21-00
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-474, Б-18, Ж-11, У-74	104-00
обед			
90	Биточки по-Братски 90 кури грудка, фарш мясной, лук репка, яйцо, хлеб пшеничный (резаный), масло растительное, мука, соль	ККАЛ-175, Б-9, Ж-7, У-9	65-00
150	Макароны отварные (гребешок) 150 макароны (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	Напиток из чернослива, яблок яблоки, сахар, чернослив, лимонная кислота	ККАЛ-115, У-28	14-00
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-646, Б-21, Ж-12, У-105	104-00
полдник			
75	Корж молочный 75 гр	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-19	28-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	35-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-313, Б-8, Ж-9, У-51	80-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 38

Удусова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

ИП Пермякова Е.В.

Калужская Е.В.

ИНН 380402256210

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)
завтрак			
100	Шарики рыбные 70/30 лососий филе, творог свежий 5 %, куриный бульон, лук репчатый, мука, масло растительное, лангет, помидор-паста, морковь, яйцо, соль, сахар	ККАЛ-119, Б-10, Ж-6, У-9	56-00
180	Картофельное пюре 180 картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	40-00
200	Какао с молоком молоко сухое 25%, сахар, какао-порошок	ККАЛ-134, Б-4, Ж-3, У-23	26-00
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-606, Б-23, Ж-16, У-92	135-00
обед			
100	Биточки школьные. фарш мясной, свинина (окорок), хлеб пшеничный (резаный), сахарный песок, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-235, Б-16, Ж-16, У-10	75-00
180	Макаронные изделия (гребешок) макаронные (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Сок фруктовый яблочный	ККАЛ-85, Б-1, У-20	28-00
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-752, Б-31, Ж-22, У-112	135-00
полдник			
80	Пряник промышленный	ККАЛ-269, Б-4, Ж-2, У-62	30-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	35-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-466, Б-10, Ж-8, У-94	82-00

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

Пермякова Е.В.
Контроль
Пермякова Е.В.

ИП Пермякова Е.В.
ИНН 380402256210

Пермякова Е.В.

меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цев. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
70	Яблоки свежие	ККАЛ-31, У-7	11-00
200	Каша геркулес молочная с маслом 195/5	ККАЛ-221, Б-7, Ж-5, У-39	28-00
геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль			
200	Чай с сахаром, лимоном	ККАЛ-77, У-19	7-00
сахар, лимон, 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-476, Б-13, Ж-6, У-92	55-00
<u>обед</u>			
205	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 200/5	ККАЛ-114, Б-3, Ж-8, У-7	19-00
капуста, картофель, морковь, говядина-тушенка, лук репка, томатная паста, масло растительное, соль, лавровый листья			
90	Биточки по-Братски 90	ККАЛ-175, Б-9, Ж-7, У-9	65-00
кури грудка, фарш мясной, лук репка, яйцо, хлеб пшеничный (резаный), масло растительное, мука, соль			
150	Макаронь отварные (гребешок) 150	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
макаронь (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль			
200	Напиток из чернослива, яблоч	ККАЛ-115, У-28	14-00
яблочки, сахар, черносливя, лимонная кислота			
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-760, Б-24, Ж-20, У-112	123-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка Российская 75	ККАЛ-323, Б-12, Ж-7, У-48	20-00
лука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух, соль, ванилин			
200	Напиток овсяный шоколадный 1/200	ККАЛ-370, Б-10, Ж-32, У-95	35-00
Итого за полдник		ККАЛ-693, Б-22, Ж-39, У-143	55-00

Директор
МБОУ СОШ
№35

Удальцова Т.В.

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			
15	Повидло фруктовое	ККАЛ-40, У-11	6-00
250	Каша геркулес молочная с маслом 245/5 геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-270, Б-8, Ж-12, У-32	30-00
200	Чай с сахаром сахар, чай	ККАЛ-78, У-19	3-00
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	7-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-552, Б-14, Ж-14, У-92	50-00
обед			
255	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10 капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль, лавровый лист	ККАЛ-117, Б-2, Ж-6, У-17	30-00
100	Биточки школьные, фарш мясной, семolina (овсянка), хлеб пшеничный (резаный), сахар натуральный, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-235, Б-16, Ж-16, У-10	75-00
180	Макароны отварные (гребешок) макароны (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Напиток из чернослива, яблоко яблоки, сахар, чернослива, лимонная кислота	ККАЛ-115, У-28	14-00
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-899, Б-32, Ж-28, У-136	151-00
полдник			
75	Булочка Российская 75 мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сухие, соль, ванилин	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

Удирова Л.Б.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.

ИП Пермякова Е.В.

ИНН 38040236210

Калькулятор
Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.