

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>			
20	Помидор свежий с маслом растительным <small>помидор свежий, масло растительное</small>	ККАЛ-22, Ж-2, У-1	9-00
90	Котлета Московская <small>фарш мясной, свишка (лопатка), хлеб пшеничный (резаный), сахар пшеничный, масло растительное, соль, лук репчатый</small>	ККАЛ-219, Б-7, Ж-24, У-11	60-00
150	Рис припущенный 150 <small>рис, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-191, Б-4, Ж-4, У-35	20-00
200	Чай с сахаром, лимоном <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	7-00
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-657, Б-15, Ж-31, У-93	104-00
<u>обед</u>			
40	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-6, У-1	15-00
90	Тефтели мясные 60/30 <small>фарш мясной, лук репчатый, хлеб пшеничный (резаный), масло растительное, мука, томат-паста, морковь, сахар</small>	ККАЛ-230, Б-8, Ж-18, У-11	40-00
150	Макаронны отварные (гребешок) 150 <small>макаронны (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	Сок фруктовый абрикосовый	ККАЛ-106, У-25	25-00
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-698, Б-19, Ж-23, У-105	104-00
<u>полдник</u>			
65	Ватрушка с повидлом <small>тесто слоистое дрожжевое, повидло, мука, масло растительное</small>	ККАЛ-211, Б-4, Ж-5, У-38	22-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	33-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
Итого за полдник		ККАЛ-399, Б-11, Ж-10, У-67	84-00

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	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	11-00
25	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-5, У-1	10-00
105	Котлета Московская с маслом сливочным 100/5	ККАЛ-269, Б-8, Ж-25, У-12	72-00
	<small>(фарш мясной, свиная (копченк) хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 % масло растительное, соль, лук репка)</small>		
180	Рис припущенный 180	ККАЛ-230, Б-4, Ж-5, У-36	24-00
	<small>рис, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>		
200	Чай с сахаром, лимоном	ККАЛ-77, У-19	7-00
	<small>сахар, лимон, чай</small>		
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-808, Б-22, Ж-34, У-104	135-00
<u>обед</u>			
25	Огурец свежий с маслом растительным.	ККАЛ-23, Ж-2, У-1	10-00
	<small>огурец свежий, масло растительное</small>		
100	Котлета Сельская запеченная	ККАЛ-215, Б-14, Ж-11, У-10	70-00
	<small>курица грудка, фарш мясной, яйцо, лук репка, хлеб пшеничный (резаный), масло растительное</small>		
180	Макароньы отварные (гребешок)	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
	<small>макаронья (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>		
200	Сок фруктовый яблочный	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		ККАЛ-755, Б-29, Ж-19, У-113	135-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка Российская 75	ККАЛ-323, Б-12, Ж-7, У-48	20-00
	<small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух., соль, ванилин</small>		
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	33-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	29-00
Итого за полдник		ККАЛ-511, Б-18, Ж-12, У-77	82-00

Директор
МБОУ СОШ
№35

Уварова Т В

ИП Пермякова
Е В



Пермякова Е В

Казначей
Пермякова Е В



меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
20	Повидло фруктовое	ККАЛ-430, Б-1, У-114	7-00
50	Блинчики <small>мука, молоко сухое 25%, яйцо, сахар, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-111, Б-4, Ж-3, У-17	10-00
200	Каша рисовая молочная с маслом 195/5 <small>рис, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-193, Б-5, Ж-6, У-30	28-00
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-74, У-18	5-00
35	Батон	ККАЛ-99, Б-3, Ж-1, У-18	5-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-941, Б-14, Ж-11, У-203	57-00
<u>обед</u>			
30	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-4, У-1	12-00
210	Борщ с капустой и картофелем 200/10 <small>свекла, капуста, картофель, сметана 15%, морковь, лук репка, масло растительное, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</small>	ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18	20-00
90	Тфтели мясные 60/30 <small>фарш мясной, лук репка, хлеб пшеничный (резаный), масло растительное, мука, томат-паста, морковь, сахар</small>	ККАЛ-230, Б-8, Ж-18, У-11	40-00
150	Макаронь отварные (гребешок) 150 <small>макаронь (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	Сок фруктовый абрикосовый	ККАЛ-106, У-25	25-00
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-806, Б-21, Ж-28, У-123	121-00
<u>полдник</u>			
65	Ватрушка с повидлом <small>тесто соевое дрожжевое, повидло, мука, меланж, масло растительное</small>	ККАЛ-211, Б-4, Ж-5, У-38	22-00
200	Напиток овсяный ванильный 1/200	ККАЛ-370, Б-10, Ж-32, У-95	35-00
Итого за полдник		ККАЛ-581, Б-14, Ж-37, У-133	57-00

Директор
МБОУ СОШ
№35

Уварова 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)
<u>завтрак</u>			
250	Каша рисовая молочная с маслом 245/5 <small>рис, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5% жирн.</small>	ККАЛ-240, Б-5, Ж-9, У-38	34-00
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-74, 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			50-00
<u>обед</u>			
10	Огурец свежий с маслом растительным. <small>огурец свежий, масло растительное</small>	ККАЛ-9, Ж-1	4-00
260	Борщ с капустой и картофелем 250/10 <small>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</small>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-20	22-00
100	Котлета Сельская запеченная <small>курица, грудека, фарш мясной, яйцо, лук репка, хлеб пшеничный (резаный), масло растительное</small>	ККАЛ-215, Б-14, Ж-11, У-10	70-00
180	Макаронь отварные (гребешок) <small>макаронья (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5% жирн.</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Сок фруктовый яблочный	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			151-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка Российская 75 <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5% жирн., молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух., яйца, ванилин</small>	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			50-00

Директор
МБОУ СОШ
№35 _____

Уварова Т. В.

ИП Пермякова
Е. В.



Пермякова Е. В.

Калькулятор
Пермякова Е. В.

