

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>			
8	Горошек зеленый <small>горошек зеленый, масло растительное</small>	ККАЛ-3, У-1	6-00
90	Котлета куриная Диетическая 90 <small>куры грудка, творог свежий 9%, лук репка, сухари паниров., масло растительное, манка, яйцо, соль</small>	ККАЛ-159, Б-11, Ж-10, У-11	60-00
150	Овощное пюре 150 <small>картофель, горох сухой, масло сливочное крестьянское 72,5%, морковь, лук репка, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-135, Б-3, Ж-7, У-16	24-00
200	Чай вишневым <small>сахар, вишня сухая, чай</small>	ККАЛ-93, У-23	6-00
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-538, Б-19, Ж-19, 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>			
100	Гуляш из птицы (курица) 50/50 <small>куры грудка, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5%, томат-паста, мука, соль</small>	ККАЛ-146, Б-16, Ж-8, У-3	60-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	15-00
200	Кисель фруктовый Витаминчик <small>яблоки, сахар, крахмал картофельный, шиповник</small>	ККАЛ-105, У-26	20-00
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-624, Б-29, Ж-14, У-96	104-00
<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	20-00
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		ККАЛ-419, Б-13, Ж-17, У-53	76-00

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

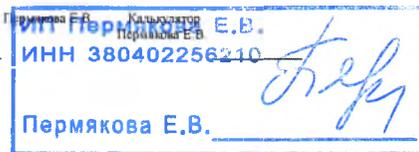


Пермякова Е.В.
Клиент
Пермякова Е.В.



меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
100	Котлета куриная Диетическая 100 <small>куры грудка, творог свежий 9%, лук репка, сахар панирив., масло растительное, манка, яйцо, соль</small>	ККАЛ-177, Б-11, Ж-12, У-13	67-00
180	Овощное пюре 180 <small>картофель, горох сухой, масло сливочное крестьянское 72,5%, морковь, лук репка, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-169, Б-3, Ж-7, У-19	30-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	27-00
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-623, Б-21, Ж-20, У-88	135-00
обед			
20	Огурец свежий с маслом растительным. <small>огурец свежий, масло растительное</small>	ККАЛ-18, Ж-2	12-00
110	Гуляш из птицы 60/50 (курица) <small>куры грудка, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5%, тамаг-паста, мука, соль</small>	ККАЛ-147, Б-15, Ж-8, У-3	73-00
180	Каша гречневая рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
200	Кисель фруктовый Витаминчик <small>яблоки, сахар, крахмал картофельный, шиповник</small>	ККАЛ-105, У-26	20-00
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-727, Б-32, Ж-17, У-110	135-00
полдник			
75	Пирожок с яблоком <small>тесто сладное дрожжевое, фарш яблочный, масло растительное, меланж, мука</small>	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	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		ККАЛ-348, Б-9, Ж-11, У-54	81-00

ИП 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)
завтрак			
200	Каша манная молочная с маслом 195/5 <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль</small>	ККАЛ-180, Б-4, Ж-9, У-21	21-00
45	Котлета куриная Диетическая 45 <small>куры грудка, творог свежий 9%, лук репка, сухари паниров., масло растительное, манка, яйцо, соль</small>	ККАЛ-80, Б-6, Ж-5, У-6	32-00
200	Чай русский (карамель) <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-38, У-9	3-00
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-445, Б-15, Ж-15, У-63	64-00
обед			
200	Суп гороховый 200 <small>картофель, горох сухой, морковь, лук репка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-119, Б-4, Ж-4, У-19	10-00
100	Гуляш из птицы (курица) 50/50 <small>куры грудка, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, мука, соль</small>	ККАЛ-146, Б-16, Ж-8, У-3	60-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	15-00
200	Кисель фруктовый Витаминчик <small>яблоки, сахар, крахмал картофельный, шиповник</small>	ККАЛ-105, У-26	20-00
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-742, Б-33, Ж-18, У-115	114-00
полдник			
60	Булочка дорожная 60 <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, масло растительное, дражжи сух</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	20-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
90	Яблоки свежие	ККАЛ-40, У-9	14-00
Итого за полдник		ККАЛ-497, Б-9, Ж-12, У-86	64-00

Директор
МБОУ СОШ № 35
Уварова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В. Калькулятор

ИП Пермякова Е.В.
ИНН 380402250210

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			
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	11-00
250	Каша манная молочная с маслом 240/10	ККАЛ-210, Б-6, Ж-9, У-26	32-00
	<small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль</small>		
200	Чай русский (карамель)	ККАЛ-38, У-9	3-00
	<small>сахар, чай</small>		
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-447, Б-13, Ж-14, У-66	55-00
обед			
15	Огурец свежий с маслом растительным.	ККАЛ-14, Ж-1	9-00
	<small>огурец свежий, масло растительное</small>		
250	Суп гороховый 250	ККАЛ-126, Б-5, Ж-4, У-19	14-00
	<small>картофель, горох сухой, морковь, лук репка, масла растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>		
110	Гуляш из птицы 60/50 (курица)	ККАЛ-147, Б-15, Ж-8, У-3	73-00
	<small>куры грудка, лук репка, масла сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, мука, соль</small>		
180	Каша гречневая рассыпчатая	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
	<small>гречка, масла сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>		
200	Кисель фруктовый	ККАЛ-105, У-26	20-00
	<small>яблоки, сахар, крахмал картофельный, шиповник</small>		
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-849, Б-38, Ж-20, У-129	146-00
полдник			
75	Пирожок с яблоком	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	25-00
	<small>тесто содовое дрожжевое, фарш яблочный, масла растительное, меланж, мука</small>		
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-386, Б-5, Ж-6, У-79	55-00

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

Пермякова Е.В. Калькулятор
Пермякова Е.В.

ИП Пермякова Е.В.
ИНН 380402256210

Пермякова Е.В.