

# меню (Льгота 7-11 лет)

| Выход (г)                  | Наименование блюда                      | щ, нен, сахара, белки (г), углеводов (г), жиров (г), витамин (мг), микроэлементы (мкг) | Калорийность (ккал) |
|----------------------------|---|--|---------------------|
| <u>завтрак</u>             |   |  |                     |
| 10                         | Помидор свежий в нарезке                | ККА-12   | 6-00                |
| 90                         | Котлета куриная<br>Диетическая 90       | ККА-1-159, Б-11, Ж-10, У-11  | 60-00               |
| 150                        | Овощное пюре 150                        | ККА-1-135, Б-3, Ж-7, У-16  | 24-00               |
| 200                        | Чай вишневый                            | ККА-1-93, У-23   | 6-00                |
| 40                         | Батон                                   | ККА-1-113, Б-3, Ж-1, У-21  | 6-00                |
| 20                         | Хлеб ржаной                             | ККА-1-31, Б-1, У-7   | 2-00                |
| Итого за завтрак           |   | ККА-1-537, Б-19, Ж-19, У-77  | 104-00              |
| <u>Молочная Перемена</u>   |   |  |                     |
| 200                        | Молоко питьевое<br>пастеризованное 2,5% | ККА-1-107, Б-6, Ж-5, У-10  | =                   |
| Итого за Молочная Перемена |   | ККА-1-107, Б-6, Ж-5, У-10  | =                   |
| <u>обед</u>                |   |  |                     |
| 45                         | Огурец свежий с маслом<br>растительным. | ККА-1-14, Ж-1  | 7-00                |
| 100                        | Гуляш из птицы ( курица)<br>50/50       | ККА-1-116, Б-16, Ж-8, У-3  | 59-00               |
| 150                        | Каша гречневая рассычатая<br>150        | ККА-1-208, Б-7, Ж-5, У-32  | 15-00               |
| 200                        | Кисель из сухофруктов                   | ККА-1-105, У-26  | 14-00               |
| 50                         | Хлеб пшеничный                          | ККА-1-117, Б-4, У-25   | 6-00                |
| 30                         | Хлеб ржаной                             | ККА-1-31, Б-1, У-10  | 3-00                |
| Итого за обед              |   | ККА-1-637, Б-29, Ж-15, У-96  | 104-00              |
| <u>полдник</u>             |   |  |                     |
| 60                         | Булочка дорожная 60                     | ККА-1-283, Б-7, Ж-12, У-37   | 20-00               |
| 200                        | Кефир 2,5%                              | ККА-1-100, Б-6, Ж-5, У-8   | 23-00               |
| 100                        | Мандарины свежие                        | ККА-1-35, Б-1, У-8   | 33-00               |
| Итого за полдник           |   | ККА-1-419, Б-13, Ж-17, У-53  | 76-00               |

Директор МБОУ \_\_\_\_\_ Пермякова Е.В. Калькулятор Пермякова Е.В.



**меню (БП, РП 12-18 лет)**

| Выход (п.)       | Наименование блюда                      | н. п.п. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|------------------|---|--|-------------------------|
| <u>завтрак</u>   |   |  |                         |
| 100              | Котлета куриная<br>Диетическая 100      | ККАУ-177, Б-11, Ж-12, У-17   | 67-00                   |
| 180              | Овощное пюре 180                        | ККАУ-169, Б-3, Ж-7, У-19   | 30-00                   |
| 200              | Сок фруктовый<br>(мультифрукт)          | ККАУ-85, Б-1, У-20   | 27-00                   |
| 50               | Батон                                   | ККАУ-142, Б-4, Ж-1, У-26   | 8-00                    |
| 30               | Хлеб ржаной                             | ККАУ-151, Б-2, У-19  | 3-00                    |
| Итого за завтрак |   |  | 135-00                  |
| <u>обед</u>      |   |  |                         |
| 35               | Огурец свежий с маслом<br>растительным. | ККАУ-32, Ж-3, У-1  | 16-00                   |
| 110              | Гуляш из птицы 60/50<br>(курица)        | ККАУ-147, Б-15, Ж-8, У-33  | 69-00                   |
| 180              | Каша гречневая рассыпчатая              | ККАУ-225, Б-9, Ж-6, У-33   | 18-00                   |
| 200              | Кисель фруктовый<br>Витаминчик          | ККАУ-105, У-26   | 20-00                   |
| 70               | Хлеб пшеничный                          | ККАУ-164, Б-5, Ж-1, У-34   | 8-00                    |
| 40               | Хлеб ржаной                             | ККАУ-168, Б-3, Ж-1, У-13   | 4-00                    |
| Итого за обед    |   |  | 135-00                  |
| <u>полдник</u>   |   |  |                         |
| 75               | Пирожок с яблоком                       | ККАУ-213, Б-3, Ж-6, У-39   | 25-00                   |
| 200              | Кефир 2,5%                              | ККАУ-100, Б-6, Ж-5, У-8  | 23-00                   |
| 100              | Мандарины свежие                        | ККАУ-135, Б-1, У-8   | 33-00                   |
| Итого за полдник |   |  | 81-00                   |



ИП Первозова Е.В.  Первозова Е.В.  Кассирша Первозова Е.



## меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

| Выход (г)               | Наименование блюда                   | н. бел. (ккал), бел.ки (г), углевода (г), витаминов (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость отдачи (руб) |
|-------------------------|--------------------------------------|--|------------------------|
| <u>завтрак</u>          |                                      |  |                        |
| 200                     | Каша манная молочная с маслом 195/5  | ККАЛ180, Б-6, Ж-5, У-21  | 21-00                  |
| 45                      | Котлета куриная Диетическая 45       | ККАЛ180, Б-6, Ж-5, У-6   | 32-00                  |
| 200                     | Чай русский (карамель)               | ККАЛ136, Б-30, Ж-8, У-1  | 5-00                   |
| 40                      | Батон                                | ККАЛ110, Б-16, Ж-0, У-21   | 6-00                   |
| 20                      | Хлеб ржаной                          | ККАЛ134, Б-6, У-17   | 2-00                   |
| <b>Итого за завтрак</b> |                                      | <b>ККАЛ445, Б-15, Ж-15, У-60</b>   | <b>64-00</b>           |
| <u>обед</u>             |                                      |  |                        |
| 15                      | Огурец свежий с маслом растительным. | ККАЛ111, Б-1   | 7-00                   |
| 200                     | Суп гороховый 200                    | ККАЛ119, Б-4, Ж-1, У-19  | 10-00                  |
| 100                     | Гуляш из птицы ( курица) 50/50       | ККАЛ146, Б-30, Ж-8, У-1  | 59-00                  |
| 150                     | Каша гречневая рассыпчатая 150       | ККАЛ205, Б-7, Ж-0, У-11  | 15-00                  |
| 200                     | Кисель из сухофруктов                | ККАЛ105, У-26  | 14-00                  |
| 50                      | Хлеб пшеничный                       | ККАЛ117, Б-4, Ж-2, У-1   | 6-00                   |
| 30                      | Хлеб ржаной                          | ККАЛ157, Б-7, У-16   | 3-00                   |
| <b>Итого за обед</b>    |                                      | <b>ККАЛ478, Б-33, Ж-19, У-110</b>  | <b>114-00</b>          |
| <u>полдник</u>          |                                      |  |                        |
| 60                      | Булочка дорожная 60                  | ККАЛ283, Б-7, Ж-12, У-37   | 20-00                  |
| 200                     | Сок фруктовый 1/200                  | ККАЛ173, Б-2, У-40   | 30-00                  |
| 90                      | Яблоки свежие                        | ККАЛ140, У-9   | 14-00                  |
| <b>Итого за полдник</b> |                                      | <b>ККАЛ497, Б-9, Ж-12, У-86</b>  | <b>64-00</b>           |



Директор МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 35» г. Братск Иркутской области Перовцова Е.В.  Капитан отбор Перовцова Е.В. 



## меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

| Выход (г)        | Наименование блюда                   | н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мкг) | Стоимость питания (руб) |
|------------------|--------------------------------------|---|-------------------------|
| <u>завтрак</u>   |                                      |   |                         |
| 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                   |
| 200              | Чай русский (карамель)               | ККАЛ-38, У-9  | 3-00                    |
| 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                   |
| <u>обед</u>      |                                      |   |                         |
| 30               | Огурец свежий с маслом растительным. | ККАЛ-28, Ж-3, У-1   | 14-00                   |
| 250              | Суп гороховый 250                    | ККАЛ-126, Б-5, Ж-4, У-19  | 13-00                   |
| 110              | Гуляш из птицы 60/50 (курица)        | ККАЛ-147, Б-15, Ж-8, У-3  | 69-00                   |
| 180              | Каша гречневая рассыпчатая           | ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33  | 18-00                   |
| 200              | Кисель фруктовый<br>Витаминчик       | 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-682, Б-38, Ж-22, У-129   | 140-00                  |
| <u>полдник</u>   |                                      |   |                         |
| 75               | Пирожок с яблоком                    | ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39  | 25-00                   |
| 200              | Сок фруктовый 1/200                  | ККАЛ-175, Б-2, У-40   | 30-00                   |
| Итого за полдник |                                      | ККАЛ-388, Б-5, Ж-6, У-79  | 55-00                   |

Заведующий  
МБОУ СОШ  
№ 1



Получил(а) \_\_\_\_\_

*Handwritten signature*

Контроль  
Кухонный персонал

*Handwritten signature*

