

меню (Льгота 7-11 лет)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|--|-------------------------------|
| завтрак | | | |
| 5 | Горошек зеленый консервированный <small>горошек зеленый, масло растительное</small> | ККАЛ-2 | 6-00 |
| 90 | Биточки рыбные Сочные 90 <small>минтай б/г потрош, хлеб пшеничный (резаный), свинина (окорок), сухари паниров., масло растительное, соль</small> | ККАЛ-143, Б-6, Ж-12, У-8 | 45-00 |
| 150 | Картофельное пюре 150 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small> | ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20 | 29-00 |
| 200 | Кофейный напиток на молоке <small>сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%</small> | ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21 | 15-00 |
| 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 | | | 104-00 |
| обед | | | |
| 10 | Закуска из консервированных огурцов <small>огурцы консервированные, масло растительное салатное</small> | ККАЛ-10, Ж-1 | 6-00 |
| 90 | Мясо тушеное 45/45 <small>свинина (окорок), масло сливочное крестьянское 72,5%, томат-паста, морковь, лук репка, мука, соль</small> | ККАЛ-218, Б-10, Ж-18, У-4 | 60-00 |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small> | ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32 | 16-00 |
| 200 | Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small> | ККАЛ-94, У-22 | 12-00 |
| 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 | | | 104-00 |
| полдник | | | |
| 80 | Блинчики 80 <small>мука, молоко сухое 25%, яйцо, сахар, масло растительное, соль</small> | ККАЛ-148, Б-7, Ж-5, У-20 | 17-00 |
| 200 | Кефир 2,5% | ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8 | 24-00 |
| 100 | Яблоки свежие | ККАЛ-44, У-10 | 17-00 |
| 18 | Мармелад трицветик | ККАЛ-29, У-7 | 7-00 |
| Итого за полдник | | | 65-00 |

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 | Горошек зеленый консервированный <small>горошек зеленый, масло растительное</small> | ККАЛ-4, У-1 | 12-00 |
| 105 | Биточки рыбные Сочные с маслом сливочным 100/5 <small>минтай б/г потрохи, хлеб пшеничный (резаный), свинина (окорок), сухари паниров., масло растительное, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small> | ККАЛ-154, Б-7, Ж-14, У-9 | 60-00 |
| 180 | Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small> | ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24 | 35-00 |
| 200 | Кофейный напиток на молоке <small>сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%</small> | ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21 | 15-00 |
| 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-623, Б-20, Ж-23, У-90 | 135-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 10 | Закуска из консервированных огурцов <small>огурцы консервированные, масло растительное салатное</small> | ККАЛ-10, Ж-1 | 11-00 |
| 110 | Мясо тушеное 60/50 <small>свинина (окорок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, морковь, лук репка, мука, соль</small> | ККАЛ-242, Б-11, Ж-24, У-4 | 78-00 |
| 180 | Каша гречневая рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small> | ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33 | 20-00 |
| 200 | Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small> | ККАЛ-94, У-22 | 12-00 |
| 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-804, Б-28, Ж-32, У-107 | 135-00 |
| <u>полдник</u> | | | |
| 100 | Блинчики <small>мука, молоко сухое 25%, яйцо, сахар, масло растительное, соль</small> | ККАЛ-222, Б-8, Ж-6, У-34 | 22-00 |
| 200 | Кефир 2,5% | ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8 | 24-00 |
| 100 | Яблоки свежие | ККАЛ-44, У-10 | 17-00 |
| 18 | Мармелад трицветик | ККАЛ-29, У-7 | 7-00 |
| Итого за полдник | | ККАЛ-396, Б-14, Ж-11, У-59 | 70-00 |

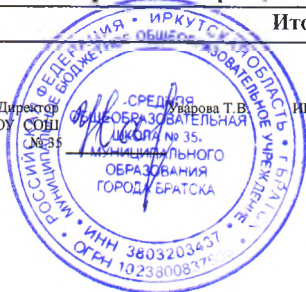
Директор
МБОУ СОШ №35

СРЕДНЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА № 35.
МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДА БРАТСКА

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
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> | | | |
| 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 | 23-00 |
| 40 | Омлет натуральный <small>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small> | ККАЛ-59, Б-3, Ж-5 | 20-00 |
| 200 | Чай вишневый <small>сахар, вишня сухая, чай</small> | ККАЛ-93, У-23 | 6-00 |
| 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-479, Б-12, Ж-15, У-71 | 58-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 210 | Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 200/10 <small>капуста, картофель, морковь, говядина-тушенка, лук репка, томатная паста, масло растительное, соль, лавровый лист</small> | ККАЛ-114, Б-3, Ж-8, У-7 | 22-00 |
| 90 | Мясо тушеное 45/45 <small>свинина (окорок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, морковь, лук репка, мука, соль</small> | ККАЛ-218, Б-10, Ж-18, У-4 | 60-00 |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small> | ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32 | 16-00 |
| 200 | Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small> | ККАЛ-94, У-22 | 12-00 |
| 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-799, Б-27, Ж-32, У-100 | 120-00 |
| <u>полдник</u> | | | |
| 75 | Булочка с повидлом обсыпанная <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, повидло, соль, дрожжи сух, масло растительное</small> | ККАЛ-237, Б-18, Ж-4, У-35 | 28-00 |
| 200 | Сок фруктовый 1/200 | ККАЛ-173, Б-2, У-40 | 30-00 |
| Итого за полдник | | ККАЛ-410, Б-20, Ж-4, У-76 | 58-00 |



Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Уваров Д.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 манная молочная с маслом 245/5 <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small> | ККАЛ-214, Б-6, Ж-10, У-26 | 32-00 |
| 200 | Чай вишневый <small>сахар, вишня сухая, чай</small> | ККАЛ-93, У-23 | 6-00 |
| 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-499, Б-12, Ж-11, У-85 | 51-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 260 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10 <small>капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль, лавровый лист</small> | ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-17 | 26-00 |
| 110 | Мясо тушеное 60/50 <small>свинина (окопорок), масло сливочное крестьянское 72,5%, томат-паста, морковь, лук репка, мука, соль</small> | ККАЛ-242, Б-11, Ж-24, У-4 | 78-00 |
| 180 | Каша гречневая рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small> | ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33 | 20-00 |
| 200 | Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small> | ККАЛ-94, У-22 | 12-00 |
| 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-913, Б-30, Ж-37, У-124 | 150-00 |
| <u>полдник</u> | | | |
| 75 | Пирожок с капустой <small>капуста, мука, сахар, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух, яйцо</small> | ККАЛ-216, Б-5, Ж-8, У-30 | 21-00 |
| 200 | Сок фруктовый 1/200 | ККАЛ-173, Б-2, У-40 | 30-00 |
| Итого за полдник | | ККАЛ-389, Б-7, Ж-8, У-70 | 51-00 |

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Уварова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

