

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>			
165	Каша Дружба с маслом 160/5 <i>пшено, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль</i>	ККАЛ-188, Б-3, Ж-7, У-24	22-00
80	Запеканка творожная Школьная 80 <i>творог свежий 9%, кефир 2,5 %, манка, яйцо, сахар, сухари паниров., масло растительное, сода, ванилин</i>	ККАЛ-128, Б-8, Ж-6, У-10	54-00
20	Молоко сгущенное	ККАЛ-65, Б-1, Ж-2, У-11	12-00
200	Чай яблочный <i>яблоки, сахар, чай</i>	ККАЛ-82, У-20	8-00
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-611, Б-18, Ж-17, У-93	104-00
<u>обед</u>			
90	Котлета рубленая из птицы (курица) 90 <i>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</i>	ККАЛ-269, Б-17, Ж-15, У-17	58-00
150	Картофель тушеный <i>картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука</i>	ККАЛ-126, Б-3, Ж-4, У-19	25-00
200	Напиток из шиповника <i>шиповник, сахар, лимонная кислота</i>	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	3-00
Итого за обед		ККАЛ-658, Б-26, Ж-20, У-93	104-00
<u>полдник</u>			
75	Корж молочный 75 гр	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-19	25-00
200	Ряженка 2,5%	ККАЛ-102, Б-6, Ж-5, У-8	32-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-261, Б-8, Ж-9, У-38	74-00

Директор
МБОУ СОШ № 33

ИП Пермякова
Е.В.

Исполнитель
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>			
210	Каша дружба с маслом 200/10 <i>пшено, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</i>	ККАЛ-209, Б-4, Ж-10, У-26	35-00
100	Запеканка творожная Школьная 100 <i>творог свежий 9%, кефир 2,5%, манка, сахар, яйцо, сухари паниров., масло растительное, сода, ванилин</i>	ККАЛ-151, Б-9, Ж-8, У-12	63-00
30	Молоко сгущенное	ККАЛ-98, Б-2, Ж-3, У-17	18-00
200	Чай яблочный <i>яблоки, сахар, чай</i>	ККАЛ-82, У-20	8-00
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-733, Б-22, Ж-22, У-110	135-00
<u>обед</u>			
30	Салат из свежих помидоров <i>помидор свежий, масло растительное, соль</i>	ККАЛ-30, Ж-3, У-1	11-00
100	Котлета Пожарская 100 <i>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., яйцо, масло растительное, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</i>	ККАЛ-249, Б-16, Ж-13, У-18	70-00
180	Картофель тушеный <i>картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5%, мука</i>	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23	30-00
200	Напиток из шиповника <i>шиповник, сахар, лимонная кислота</i>	ККАЛ-94, У-22	12-00
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-757, Б-28, Ж-22, У-112	135-00
<u>полдник</u>			
50	Язычок слоеный <i>тесто слоеное пресное, сахар</i>	ККАЛ-189, Б-2, Ж-5, У-30	25-00
200	Ряженка 2,5%	ККАЛ-102, Б-6, Ж-5, У-8	32-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-336, Б-9, Ж-11, У-49	74-00

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 дружба с маслом 195/5 <i>пшено, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль</i>	ККАЛ-235, Б-6, Ж-9, У-32	26-00
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ККАЛ-74, У-18	5-00
75	Булочка Домашняя <i>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, меланж, соль, дрожжи сух, масло растительное</i>	ККАЛ-267, Б-11, Ж-2, У-52	22-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак			55-00
<u>обед</u>			
210	Рассольник Ленинградский со сметаной 200/10 <i>картофель, огурцы консервированные, сметана 15%, морковь, перловка, лук репка, масло растительное, соль</i>	ККАЛ-96, Б-2, Ж-4, У-20	23-00
90	Котлета рубленая из птицы (курица) 90 <i>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</i>	ККАЛ-269, Б-17, Ж-15, У-17	58-00
150	Картофель тушеный <i>картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука</i>	ККАЛ-126, Б-3, Ж-4, У-19	25-00
200	Напиток из с/фр <i>сухофрукты, сахар, лимонная кислота</i>	ККАЛ-117, У-29	8-00
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			123-00
<u>полдник</u>			
75	Корж молочный 75 гр	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-19	25-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник			55-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 15



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 Дружба с маслом 245/5 <i>пшено, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское</i>	ККАЛ-243, Б-7, Ж-7, У-37 72,5 %, сахар, соль	30-00
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ККАЛ-74, У-18	5-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-486, Б-13, Ж-8, У-90	44-00
<u>обед</u>			
30	Салат из свежих помидоров <i>помидор свежий, масло растительное, соль</i>	ККАЛ-30, Ж-3, У-1	11-00
260	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/10 <i>картофель, огурцы консервированные, сметана 15%, морковь, перловка, лук репка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-105, Б-2, Ж-5, У-22	26-00
100	Котлета Пожарская 100 <i>куры грудка, хлеб пшеничный (репчатый), сухари паниров., яйцо, масло растительное, масло сливочное крестьянское</i>	ККАЛ-249, Б-16, Ж-13, У-18 72,5 %, молоко сухое 25%, соль	70-00
180	Картофель тушеный <i>картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское</i>	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23 72,5 %, мука	30-00
200	Напиток из с/фр <i>сухофрукты, сахар, лимонная кислота</i>	ККАЛ-117, У-29	8-00
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-885, Б-31, Ж-26, У-140	157-00
<u>полдник</u>			
75	Корж молочный 75 гр	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-19	25-00
110	Яблоки свежие	ККАЛ-49, У-11	19-00
Итого за полдник		ККАЛ-164, Б-2, Ж-4, У-30	44-00

Директор МБОУ СОШ №33 г. Братск Иркутской области Пермякова Е. В.

ИП Пермякова Е. В. Пермякова Е. В.

