

**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>			
15	<b>Сыр в нарезке</b>	ККАЛ-52, Б-4, Ж-4	16-00
165	<b>Каша рисовая молочная с маслом 160/5</b> <small>рис, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-203, Б-4, Ж-6, У-32	25-00
80	<b>Омлет натуральный с маслом 75/5</b> <small>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-156, Б-8, Ж-13, У-2	46-00
200	<b>Чай с сахаром с молоком 50/150</b> <small>молоко свежее цельное 3,2%, сахар, чай</small>	ККАЛ-100, Б-2, Ж-1, У-20	9-00
40	<b>Батон</b>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-658, Б-21, Ж-26, У-81	<b>104-00</b>
<u>обед</u>			
15	<b>Помидор свежий с маслом растительным</b> <small>помидор свежий, масло растительное</small>	ККАЛ-16, Ж-2, У-1	7-00
100	<b>Тефтели рыбные в соусе 50/50</b> <small>минтай филе, свинина (лопатка), лук репка, хлеб пшеничный (резаный), мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, томат-паста, морковь, молоко сухое 25%, соль, сахар</small>	ККАЛ-147, Б-13, Ж-10, У-7	38-00
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	25-00
200	<b>Сок фруктовый (мультифрукт)</b>	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
65	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32	7-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-567, Б-24, Ж-17, У-86	<b>104-00</b>
<u>полдник</u>			
50	<b>Булочка с повидлом</b> <small>мука, повидло, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, яйцо, масло растительное, молоко сухое 25%, оржежен сух</small>	ККАЛ-214, Б-3, Ж-6, У-36	17-00
200	<b>Молоко питьевое пастеризованное 3,2%</b>	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	21-00
100	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-44, У-10	17-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-377, Б-9, Ж-13, У-55	<b>55-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ №3ИП 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>			
15	<b>Сыр в нарезке</b>	ККАЛ-52, Б-4, Ж-4	16-00
250	<b>Каша рисовая молочная с маслом 240/10</b> <i>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</i>	ККАЛ-236, Б-5, Ж-9, У-37	42-00
110	<b>Омлет натуральный с маслом 105/5</b> <i>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</i>	ККАЛ-162, Б-9, Ж-13, У-1	57-00
200	<b>Чай с сахаром с молоком 50/150</b> <i>молоко свежее цельное 3,2%, сахар, чай</i>	ККАЛ-100, Б-2, Ж-1, У-20	9-00
50	<b>Батон</b>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-742, Б-25, Ж-29, У-94	<b>135-00</b>
<u>обед</u>			
40	<b>Помидор свежий с маслом растительным</b> <i>помидор свежий, масло растительное</i>	ККАЛ-44, Ж-4, У-1	17-00
120	<b>Тефтели рыбные в соусе 70/50</b> <i>минтай филе, свирина (лопатка), лук репка, хлеб пшеничный (резаный), мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, томат-паста, морковь, молоко сухое 25%, соль, сахар</i>	ККАЛ-176, Б-9, Ж-11, У-13	50-00
180	<b>Картофельное пюре 180</b> <i>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</i>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	30-00
200	<b>Сок фруктовый (мультифрукт)</b>	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
50	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	5-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-713, Б-23, Ж-22, У-111	<b>135-00</b>
<u>полдник</u>			
75	<b>Булочка с повидлом</b> <i>мука, повидло, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, яйцо, масло растительное, молоко сухое 25%, прижелее сух</i>	ККАЛ-321, Б-4, Ж-10, У-54	24-00
200	<b>Молоко питьевое пастеризованное 3,2%</b>	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	21-00
100	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-44, У-10	17-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-484, Б-10, Ж-16, У-73	<b>62-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ №38  
М.В.З.



ИП Пермякова  
Е. В.

*Е.В.*

Пермякова Е. В.

Калькулятор  
Пермякова Е. В.

*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	<b>Каша рисовая молочная с маслом 195/5</b> <i>рис, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</i>	ККАЛ-193, Б-5, Ж-6, У-30	28-00
40	<b>Омлет натуральный</b> <i>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</i>	ККАЛ-59, Б-3, Ж-5	20-00
200	<b>Чай французский (ваниль)</b> <i>сахар, чай, ванилин</i>	ККАЛ-74, У-18	5-00
40	<b>Батон</b>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-474, Б-13, Ж-12, У-75	61-00
<u>обед</u>			
210	<b>Суп крестьянский со сметаной 200/10 (пшено)</b> <i>картофель, капуста, сметана 15%, морковь, лук репка, пшено, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-87, Б-2, Ж-5, У-8	20-00
100	<b>Тефтели рыбные в соусе 50/50</b> <i>минтай филе, свинина (лопатка), лук репка, хлеб пшеничный (режухой), мука, масло сливочное крестьянское 72,5%, томат-паста, морковь, молоко сухое 25%, соль, сахар</i>	ККАЛ-147, Б-13, Ж-10, У-7	38-00
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <i>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</i>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	25-00
200	<b>Сок фруктовый (мультифрукт)</b>	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
65	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-152, Б-5, Ж-1, У-32	7-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-638, Б-25, Ж-20, У-94	117-00
<u>полдник</u>			
75	<b>Булочка с повидлом</b> <i>мука, повидло, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, яйцо, масло растительное, молоко сухое 25%, дрожжи сух</i>	ККАЛ-321, Б-4, Ж-10, У-54	24-00
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
18	<b>Мармелад трицветик</b>	ККАЛ-29, У-7	7-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-524, Б-6, Ж-10, У-102	61-00

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 3



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), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
18	<b>Мармелад трицветик</b>	ККАЛ-29, У-7	6-00
250	<b>Каша рисовая молочная с маслом 245/5</b> <small>рис, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-240, Б-5, Ж-9, У-38	32-00
200	<b>Чай французский (ваниль)</b> <small>сахар, чай, ванилин</small>	ККАЛ-74, У-18	5-00
50	<b>Батон</b>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-537, Б-11, Ж-11, У-98	54-00
<u>обед</u>			
15	<b>Помидор свежий с маслом растительным</b> <small>помидор свежий, масло растительное</small>	ККАЛ-16, Ж-2, У-1	7-00
260	<b>Суп крестьянский со сметаной (пшено) 250/10</b> <small>картофель, капуста, морковь, лук репка, сметана 15%, пшено, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-105, Б-2, Ж-6, У-11	22-00
120	<b>Тефтели рыбные в соусе 70/50</b> <small>минтай филе, свинина (лопатка), лук репка, хлеб пшеничный (режаный), мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, морковь, молоко сухое 25%, соль, сахар</small>	ККАЛ-176, Б-9, Ж-11, У-13	50-00
180	<b>Картофельное пюре 180</b> <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	30-00
200	<b>Сок фруктовый (мультифрукт)</b>	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
50	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	5-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-790, Б-25, Ж-25, У-120	147-00
<u>полдник</u>			
75	<b>Булочка с повидлом</b> <small>мука, повидло, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, яйцо, масло растительное, молоко сухое 25%, дрожжи сух</small>	ККАЛ-321, Б-4, Ж-10, У-54	24-00
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-494, Б-6, Ж-10, У-94	54-00

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35



Пермякова Е.В.

Калькулятор  
Пермякова Е.В.

