

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
10	Огурец консервированный	ККАЛ-1	5-00
90	Шарики рыбные 60/30 <small>минтай филе, стейк свежий 9%, курдючный жир, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, яйца, растительное масло, специи, соль</small>	ККАЛ-117, Б-10, Ж-5, У-8	41-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сгущенное 23%, соль</small>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	26-00
200	Сок фруктовый вишневый	ККАЛ-100, Б-1, У-23	24-00
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-498, Б-19, Ж-11, 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>			
90	Биточки по-Братски 90 <small>курица грудка, свиная топорки, лук репчатый, яйцо, хлеб пшеничный (трехзерный), масло растительное, мука, соль</small>	ККАЛ-175, Б-9, Ж-13, У-7	60-00
150	Макаронные отварные (рожки) 150 <small>макаронная (рожки), масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	Напиток из черносливы, яблок <small>яблоки, чернослив, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-115, У-28	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-646, Б-21, Ж-18, У-103	104-00
<u>полдник</u>			
75	Корж молочный 75 гр	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-19	24-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	33-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-313, Б-8, Ж-9, У-51	74-00



ИП Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	ин. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
25	Огурец консервированный	ККАЛ-3	12-00
110	Шарики рыбные 80/30 <small>линейный филе, старог свещей 9%, курия срубав, лук репчат, чечевица, морковь, растительное масло, специи, соль, сахар</small>	ККАЛ-131, Б-11, Ж-6, У-10	57-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сгущенное 25%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	31-00
200	Сок фруктовый вишневый	ККАЛ-100, Б-4, У-23	24-00
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-586, Б-22, Ж-14, У-93	135-00
<u>обед</u>			
10	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-2	6-00
100	Биточки школьные. <small>фарш мясной, сметана (жирная), хлеб пшеничный (сухарики), яйца куриные, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-235, Б-16, Ж-16, У-10	74-00
180	Макароны отварные (рожки) <small>макароны (рожки), масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Сок фруктовый яблочный	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
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-754, Б-31, Ж-22, У-112	135-00
<u>полдник</u>			
80	Пряник промышленный	ККАЛ-269, Б-4, Ж-2, У-62	24-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	33-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник		ККАЛ-466, Б-10, Ж-8, У-94	74-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35



Учитель
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>			
85	Яблоки свежие	ККАЛ-38, У-8	14-00
200	Каши геркулес молочная с маслом 195/5 <i>геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5% слив.</i>	ККАЛ-215, Б-6, Ж-8, У-27	26-00
200	Чай с сахаром, лимоном <i>сахар, лимон, чай</i>	ККАЛ-77, У-19	7-00
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-476, Б-12, Ж-10, У-81	55-00
<u>обед</u>			
210	Щи из свежей капусты с картофелем. 200/10 <i>капуста, картофель, морковь, свекла, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, соль, лавровый лист</i>	ККАЛ-109, Б-2, Ж-6, У-17	19-00
90	Биточки по-Братски 90 <i>кури грудка, свиная (фарш), лук репчатый, яйцо, хлеб пшеничный (резаный), масло растительное, мука, соль</i>	ККАЛ-175, Б-9, Ж-13, У-7	60-00
150	Макаронны отварные (рожки) 150 <i>макаронны (рожки), масло сливочное крестьянское 72,5% слив.</i>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	Напиток из черноплоды, яблок <i>яблоки черноплоды, сахар, лимонная кислота</i>	ККАЛ-115, У-28	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-756, Б-23, Ж-24, У-120	123-00
<u>полдник</u>			
65	Булочка Российская 1/75 <i>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, слив. масло, дрожжи сухие, масло растительное, ванилин</i>	ККАЛ-280, Б-10, Ж-6, У-42	18-00
200	Напиток овсяный шоколадный 1/200	ККАЛ-370, Б-10, Ж-32, У-95	37-00
Итого за полдник		ККАЛ-650, Б-20, Ж-38, У-137	55-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35



Handwritten signature of Permjakova E.V.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.



меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	т. ден. (ккал), белки (г), углевода (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак:</u>			
20	Повидло фруктовое	ККАЛ-430, Б-1, У-114	7-00
250	Каша геркулес молочная с маслом 245/5 <i>геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</i>	ККАЛ-270, Б-8, Ж-12, У-32	30-00
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ККАЛ-74, У-18	4-00
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-938, Б-14, Ж-14, У-195	50-00
<u>обед:</u>			
260	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10 <i>капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, помидоры, соль, лавровый лист</i>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-17	22-00
100	Биточки школьные. <i>фарш мясной, свиная (говяжья) печень, хлеб пшеничный (рукавичный), сахар, яйца, масло сливочное, крестьянское 72,5%, соль</i>	ККАЛ-235, Б-16, Ж-16, У-10	74-00
180	Макароны отварные (рожки) <i>макаронки (рожки) масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</i>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	18-00
200	Сок фруктовый яблочный	ККАЛ-85, Б-1, У-20	25-00
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-871, Б-33, Ж-28, У-129	151-00
<u>полдник:</u>			
75	Булочка Российская 75 <i>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, яйца 25%, масло растительное, дрожжи, соль, ванилин</i>	ККАЛ-323, Б-12, Ж-7, У-48	20-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-497, Б-14, Ж-7, У-89	50-00

Директор
МБОУ СОШ № 35

Удальцова Т.В.
Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.
Пермякова Е.В.

Handwritten signature

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

Handwritten signature

