

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
5	Горошек зеленый консервированный <i>горошек зеленый, масло растительное</i>	ККАЛ-2	4-00
90	Биточки рыбные Сочные 90 <i>минтай б/г потрош, хлеб пшеничный (реганый), свинина (окорок), сахар, папиров., масло растительное, соль</i>	ККАЛ-143, Б-6, Ж-12, У-8	43-00
150	Картофельное пюре 150 <i>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мазако сухое 25%, соль</i>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	34-00
200	Кофейный напиток на молоке <i>сахар, кофейный напиток, мазако сухое 25%</i>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	14-00
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-539, Б-17, Ж-20, У-77	104-00
<u>обед</u>			
100	Мясо тушеное 50/50 <i>свинина (окорок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, морковь, лук репка, мука, талат-паста, соль</i>	ККАЛ-242, Б-11, Ж-24, У-4	66-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <i>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</i>	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	16-00
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	4-00
Итого за обед		ККАЛ-709, Б-24, Ж-30, У-93	104-00
<u>полдник</u>			
80	Блинчики 80 <i>мука, мазако сухое 25%, яйца, сахар, масло растительное, соль</i>	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		ККАЛ-322, Б-13, Ж-10, У-45	65-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Умрота Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.



ИНН 3804022562

Педмяков Е.Э.

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 горошек зеленый, масло растительное	ККАЛ-4, У-1	8-00
105	Биточки рыбные Сочные с маслом сливочным 100/5 минтай Б-2 потрош, хлеб пшеничный (резаный), свинина (окорок), сушари паниров., масло растительное, масло сливочное крестьянское 72,5 % соль	ККАЛ-154, Б-7, Ж-14, У-9	60-00
180	Картофельное пюре 180 картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	40-00
200	Кофейный напиток на молоке сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	14-00
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>			
20	Закуска из консервированных огурцов огурцы консервированные, масло растительное салатное	ККАЛ-20, Ж-2	12-00
110	Мясо тушеное 60/50 свинина (окорок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, морковь, лук репка, мука, соль	ККАЛ-242, Б-11, Ж-24, У-4	78-00
180	Каша гречневая рассыпчатая гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	19-00
200	Напиток из шиповника шиповник, сахар, лимонная кислота	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-813, Б-28, Ж-33, У-107	135-00
<u>полдник</u>			
100	Блинчики мука, молоко сухое 25%, яйцо, сахар, масло растительное, соль	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



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)
завтрак			
200	Каша манная молочная с маслом 195/5	ККАЛ-180, Б-4, Ж-9, У-21	23-00
	манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль		
40	Омлет натуральный	ККАЛ-59, Б-3, Ж-5	20-00
	яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль		
200	Чай вишневый	ККАЛ-93, У-23	6-00
	сахар, вишня сушеная, чай		
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
обед			
210	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 200/5	ККАЛ-116, Б-3, Ж-8, У-7	22-00
	капуста, картофель, морковь, говядина-тушенка, лук репка, томатная паста, масло растительное, соль, лавровый лист		
90	Мясо тушеное 45/45	ККАЛ-218, Б-10, Ж-18, У-4	60-00
	говядина (окорок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, морковь, лук репка, мука, соль		
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	16-00
	гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль		
200	Напиток из шиповника	ККАЛ-94, У-22	12-00
	шиповник, сахар, лимонная кислота		
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-801, Б-27, Ж-32, У-100	120-00
полдник			
75	Булочка с повидлом обсыпная	ККАЛ-237, Б-18, Ж-4, У-35	28-00
	мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, повидло, соль, дрожжи сух, масло растительное		
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



ИПТ Пермьякова Е.В.

Пермьякова Е.В.

Калькулятор
Пермьякова 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)
завтрак			
250	Каша манная молочная с маслом 245/5	ККАЛ-214, Б-6, Ж-10, У-26	32-00
манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль			
200	Чай вишневый	ККАЛ-93, У-23	6-00
сахар, вишня сушеная, чай			
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
обед			
260	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-17	27-00
капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль, лавровый лист			
110	Мясо тушеное 60/50	ККАЛ-242, Б-11, Ж-24, У-4	78-00
свинина (окорок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, морковь, лук репчатый, мука, соль			
180	Каша гречневая рассыпчатая	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	19-00
гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль			
200	Напиток из шиповника	ККАЛ-94, У-22	12-00
шиповник, сахар, лимонная кислота			
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
полдник			
75	Пирожок с капустой	ККАЛ-216, Б-5, Ж-8, У-30	21-00
капуста, мука, сахар, масло сухое 25%, масло растительное, дрожжи сухие, яйцо			
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
№ 33
Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.
Калькулятор
Пермякова Е.В.

Муниципальное
образование
БРАТСКА
ИНН 3803203437
ОГРН 1023800837585

ИНН 380402256210
Пермякова Е.В.