

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
100	Биточки из печени с соусом 70/30 <small>печень говяжья, кури грудка, геркулес, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, масло растительное, морковь, молоко сухое 25%, мука, томат-паста, соль, сахар</small>	ККАЛ-183, Б-6, Ж-13, У-12	55-00
150	Картофель тушеный <small>картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука</small>	ККАЛ-126, Б-3, Ж-4, У-19	32-00
200	Чай с сахаром, лимоном <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	8-00
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-533, Б-14, Ж-19, У-77	104-00
обед			
90	Котлета мясная Особая <small>свинина (лопатка), фарш мясной, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло растительное</small>	ККАЛ-252, Б-13, Ж-12, У-11	65-00
150	Макароньы отварные (ригатони) 150 <small>макароньы (ригатони), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	17-00
200	Напиток из с/фр <small>сухофрукты, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-117, У-29	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-725, Б-25, Ж-17, У-108	104-00
полдник			
75	Пирожок с яблоком <small>тесто соевое орожевое, фарш яблочный, масло растительное, меланж, лука</small>	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	23-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	25-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	33-00
Итого за полдник		ККАЛ-348, Б-9, Ж-11, У-54	81-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35Уваров 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>			
100	Биточки Наймушина (печень) <small>печень говяжья, курицы грудка, геркулес, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-210, Б-8, Ж-14, У-13	70-00
180	Картофель тушеный <small>картофель, лук репка, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука</small>	ККАЛ-151, Б-3, Ж-5, У-23	37-00
200	Кофейный напиток "Здоровье" <small>сахар, молоко сухое 25%, цикорий</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-668, Б-20, Ж-23, У-93	135-00
<u>обед</u>			
20	Салат из свежих помидоров <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-20, Ж-2, У-1	10-00
100	Котлета мясная Особая 100 <small>свинина (лопатка), фарш мясной, хлеб пшеничный (резаный), сухари панирюв., масло растительное</small>	ККАЛ-280, Б-15, Ж-13, У-13	73-00
180	Макароньы отварные (ригатионь) <small>макароньы (ригатионь), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	21-00
200	Компот из кураги <small>курага, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-114, Б-1, У-27	17-00
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-845, Б-29, Ж-21, У-122	135-00
<u>полдник</u>			
75	Булочка с творогом <small>мука, творог свежий 9%, сахар, яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-198, Б-11, Ж-4, У-29	36-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	25-00
100	Мандариньы свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	33-00
Итого за полдник		ККАЛ-333, Б-18, Ж-9, У-44	94-00

Директор
МБОУ СОШ № 35

Амарова Т.В.

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 <i>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</i>	ККАЛ-180, Б-4, Ж-9, У-21	21-00
40	Омлет натуральный <i>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</i>	ККАЛ-59, Б-3, Ж-5	19-00
200	Чай русский (карамель) <i>сахар, чай</i>	ККАЛ-38, У-9	4-00
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-424, Б-12, Ж-15, У-58	53-00
<u>обед</u>			
15	Закуска из свежих помидоров <i>помидор свежий, масло растительное, соль</i>	ККАЛ-27, Ж-3, У-1	9-00
200	Суп гороховый 200 <i>картофель, горох сухой, морковь, лук репка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-119, Б-4, Ж-4, У-19	12-00
90	Котлета мясная Особая <i>свинина (шпотка), фарш мясной, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло растительное</i>	ККАЛ-252, Б-13, Ж-12, У-11	65-00
150	Макаронны отварные (ригатони) 150 <i>макаронны (ригатони), масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</i>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	17-00
200	Напиток из с/фр <i>сухофрукты, сахар, лимонная кислота</i>	ККАЛ-117, У-29	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-870, Б-29, Ж-23, У-127	125-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с яблоком <i>тесто соевое орожжевое, фарш яблочный, масло растительное, меланж, мука</i>	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	23-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-386, Б-5, Ж-6, У-79	53-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35



Удирова Л.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)
завтрак			
50	Блинчики <i>мука, молоко сухое 25%, яйцо, сахар, масло растительное, соль</i>	ККАЛ-111, Б-4, Ж-3, У-17	11-00
250	Каша манная молочная с маслом 245/5 <i>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль</i>	ККАЛ-214, Б-6, Ж-10, У-26	28-00
200	Чай русский (карамель) <i>сахар, чай</i>	ККАЛ-38, У-9	4-00
45	Батон	ККАЛ-127, Б-3, Ж-1, У-23	8-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-525, Б-15, Ж-14, У-82	53-00
обед			
20	Салат из свежих помидоров <i>помидор свежий, масло растительное, соль</i>	ККАЛ-20, Ж-2, У-1	10-00
250	Суп гороховый 250 <i>картофель, горох сухой, морковь, лук репка, масло растительное, соль, зелень сушая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-126, Б-5, Ж-4, У-19	13-00
100	Котлета мясная Особая 100 <i>свилина (полотка), фарш мясной, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло растительное</i>	ККАЛ-280, Б-15, Ж-13, У-13	73-00
180	Макаронные отварные (ригатони) <i>макаронные (ригатони), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</i>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	21-00
200	Компот из кураги <i>курага, сахар, лимонная кислота</i>	ККАЛ-114, Б-1, У-27	17-00
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-972, Б-35, Ж-25, У-141	148-00
полдник			
75	Пирожок с яблоком <i>тесто соевое дрожжевое, фарш яблочный, масло растительное, меланж, мука</i>	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	23-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-386, Б-5, Ж-6, У-79	53-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Сударова Т.В. ИП Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В. Калькулятор
Пермякова Е.В.