

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>			
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	14-00
155	Каша пшеничная молочная с маслом 150/5 <small>пшено, молоко сухое 23%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,3%, яйца</small>	ККАЛ-145, Б-3, Ж-6, У-20	24-00
75	Запеканка творожная с изюмом с повидлом 60/15 <small>творог свежий 5%, повидло, изюм, манка, сахар, ванилин 15%, сахар паниров., масло растительное, яйцо</small>	ККАЛ-157, Б-8, Ж-6, У-16	52-00
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-74, Б-18, У-9	5-00
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			104-00
<u>обед</u>			
20	Помидор свежий с маслом растительным <small>помидор свежий, масло растительное</small>	ККАЛ-20, Ж-2, У-1	11-00
90	Тефтели из печени с рисом 60/30 <small>печень говяжья, лук репчатый, рис, сметана 15%, масло растительное, яйцо, мука, томат-паста, соль</small>	ККАЛ-158, Б-13, Ж-5, У-15	40-00
150	Макаронь отварные (рожок витой) 150 <small>макаронь (рожок витой), масло сливочное крестьянское 72,3%, соль</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
200	Сок фруктовый абрикосовый	ККАЛ-106, У-25	28-00
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			104-00
<u>полдник</u>			
50	Ватрушка с творогом <small>тесто соевое дрожжевое, фарш творожный для ватрушек, пирожек., мука, манка, масло растительное</small>	ККАЛ-144, Б-7, Ж-3, У-21	24-00
200	Ряженка 2,5%	ККАЛ-102, Б-6, Ж-5, У-8	35-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
Итого за полдник			76-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Иванова 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>			
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	14-00
200	Каша пшеничная молочная с маслом 195/5	ККАЛ-215, Б-5, Ж-10, У-23	26-00
	<small>пшеница, молоко сухое 23%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>		
100	Запеканка творожная с изюмом с повидлом 80/20	ККАЛ-160, Б-9, Ж-8, У-18	77-00
	<small>творог свежий 5%, повидло, изюм, манка, сахар, сметана 15%, сушари пшеничные, масло растительное, яйцо</small>		
200	Чай с сахаром	ККАЛ-74, Б-18, У-9	5-00
	<small>сахар, чай</small>		
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-677, Б-41, Ж-22, У-86	135-00
<u>обед</u>			
45	Помидор свежий с маслом растительным	ККАЛ-44, Ж-4, У-1	25-00
	<small>помидор свежий, масло растительное</small>		
120	Тефтели из печени с рисом 80/40	ККАЛ-165, Б-13, Ж-6, У-18	56-00
	<small>печень говяжья, лук репчатый, рис, сметана 15%, масло растительное, яйцо, мука, тамари-паста, соль</small>		
180	Макаронные изделия (рожок витой)	ККАЛ-225, Б-6, Ж-5, У-39	18-00
	<small>макаронные изделия (рожок витой), масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>		
200	Напиток яблочно - вишневый (яблоки, вишня с/м)	ККАЛ-92, У-23	22-00
	<small>яблоки, сахар, вишня свежемороженая б/к, лимонная кислота</small>		
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-758, Б-28, Ж-16, У-129	135-00
<u>полдник</u>			
75	Ватрушка с творогом	ККАЛ-215, Б-10, Ж-5, У-32	36-00
	<small>тесто соевое дрожжевое, фарш творожный для ватрушек, пирожек, муки, меласса, масло растительное</small>		
200	Ряженка 2,5%	ККАЛ-102, Б-6, Ж-5, У-8	35-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
	Итого за полдник	ККАЛ-362, Б-16, Ж-11, У-50	88-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Удальцова Т.В. ИП Пермякова

Общество с ограниченной ответственностью

ИНН 3804022562

ОГРН 117380203421

Муниципальный образований

Города Выкса

ИНН 3804022562

ОГРН 117380203421

Пермякова Е.В.

Калькулятор

Пермякова Е.В.

ИП Пермякова Е.В.
ИНН 380402256210

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>			
50	Яйцо вареное	ККАЛ-71, Б-6, Ж-5	18-00
200	Каша пшеничная молочная с маслом 195/5	ККАЛ-215, Б-5, Ж-10, У-23	26-00
	<small>пшено, масло сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,3%, сахар, соль</small>		
200	Чай с сахаром	ККАЛ-74, Б-18, У-9	5-00
	<small>сахар, чай</small>		
30	Батон	ККАЛ-85, Б-2, Ж-1, У-15	5-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
	Итого за завтрак	ККАЛ-479, Б-33, Ж-16, У-55	56-00
<u>обед</u>			
20	Помидор свежий с маслом растительным	ККАЛ-20, Ж-2, У-1	11-00
	<small>помидор свежий, масло растительное</small>		
210	Борщ с капустой и картофелем 200/5	ККАЛ-113, Б-2, Ж-6, У-18	24-00
	<small>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репка, масло растительное, сметана 15%, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</small>		
90	Тефтели из печени с рисом 60/30	ККАЛ-158, Б-13, Ж-5, У-15	40-00
	<small>печень говяжья, лук репка, рис, сметана 15%, масло растительное, яйцо, мука, лимон-листья, соль</small>		
150	Макаронны отварные (рожок витой) 150	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	15-00
	<small>макаронны (рожок витой), масло сливочное крестьянское 72,3% слив.</small>		
200	Напиток яблочно - вишневый (яблоки, вишня с/м)	ККАЛ-92, У-23	22-00
	<small>яблоки, сахар, вишня свежемороженая б/к, лимонная кислота</small>		
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-738, Б-26, Ж-18, У-124	122-00
<u>полдник</u>			
75	Ватрушка с творогом	ККАЛ-215, Б-10, Ж-5, У-32	36-00
	<small>тесто собственное дрожжевое, фарш творожный для ватрушек, творожок, мука, меланж, масло растительное</small>		
120	Яблоки свежие	ККАЛ-53, У-12	20-00
	Итого за полдник	ККАЛ-269, Б-10, Ж-6, У-44	56-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

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 пшеничная молочная с маслом 245/5 <small>пшеница, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 % соль</small>	ККАЛ-165, Б-4, Ж-8, У-24	35-00
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-74, Б-18, У-9	5-00
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-432, Б-28, Ж-10, У-69	53-00
<u>обед</u>			
20	Помидор свежий с маслом растительным <small>помидор свежий, масло растительное</small>	ККАЛ-20, Ж-2, У-1	11-00
260	Борщ с капустой и картофелем 250/10 <small>свиная вырезка, морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</small>	ККАЛ-171, Б-6, Ж-8, У-19	27-00
120	Тефтели из печени с рисом 80/40 <small>печень говяжья, лук репчатый, рис, сметана 15%, масло растительное, яйцо, мука, томат-паста, соль</small>	ККАЛ-165, Б-13, Ж-6, У-18	56-00
180	Макаронные отварные (рожок витой) <small>макаронные (рожок витой), масло сливочное крестьянское 72,5 % соль</small>	ККАЛ-225, Б-6, Ж-5, У-39	18-00
200	Напиток яблочно - вишневый (яблоки, вишня с/м) <small>яблоки, сахар, вишня свежемороженая 6%, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	22-00
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-905, Б-34, Ж-22, У-147	148-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с картофелем <small>тесто дрожжевое, фарш картофельный, мука, манная, масло растительное</small>	ККАЛ-128, Б-8, Ж-6, У-11	23-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-301, Б-10, Ж-6, У-51	53-00



Пермякова Е.В. Калькулятор
Пермякова Е.В.

