

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
54	Яйцо вареное	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	23-00
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	14-00
18	Мармелад трицветик	ККАЛ-29, У-7	6-00
165	Каша геркулес молочная с маслом 160/5	ККАЛ-218, Б-7, Ж-8, У-28	27-00
	<small>геркулес, сахар, молоко сухое 23%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>		
200	Какао с молоком	ККАЛ-134, Б-4, Ж-3, У-23	25-00
	<small>молоко сухое 23%, сахар, какао-порошок</small>		
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-640, Б-24, Ж-21, У-85	104-00
обед			
90	Ежики куриные 60/30	ККАЛ-151, Б-12, Ж-5, У-9	36-00
	<small>куры грудка, лук репка, масло растительное, мука, рис, томат-паста, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар</small>		
150	Картофель отварной с маслом 150	ККАЛ-134, Б-3, Ж-4, У-22	30-00
	<small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>		
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	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		ККАЛ-538, Б-22, Ж-10, У-86	104-00
полдник			
50	Булочка Домашняя 50	ККАЛ-178, Б-7, Ж-2, У-35	18-00
	<small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, меланж, соль, дрожжи сух, масло растительное</small>		
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	22-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
18	Мармелад трицветик	ККАЛ-29, У-7	6-00
Итого за полдник		ККАЛ-370, Б-14, Ж-8, У-61	63-00
Итого за день		ККАЛ-1 548, Б-59, Ж-39, У-233	271-00

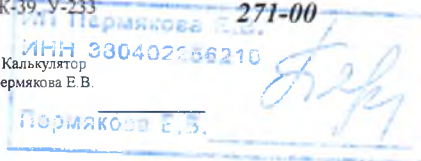
Директор
МБОУ СОШ
№ 35



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)
завтрак			
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	14-00
200	Каша геркулес молочная с маслом 195/5 <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-261, Б-7, Ж-9, У-39	30-00
105	Омлет натуральный с маслом 100/5 <small>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-162, Б-9, Ж-13, У-1	60-00
200	Чайный напиток Росинка <small>сок фруктовый яблочный, сахар, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	18-00
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-727, Б-26, Ж-26, У-95	135-00
обед			
15	Закуска из свежих огурцов <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-14, Ж-1	9-00
120	Ежики куриные 75/45 <small>куры грудка, лук репка, масло растительное, мука, рис, тахат-наста, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар</small>	ККАЛ-178, Б-13, Ж-7, У-12	48-00
180	Картофель отварной с маслом <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-161, Б-3, Ж-4, У-27	35-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	28-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	6-00
Итого за обед		ККАЛ-687, Б-27, Ж-14, У-110	135-00
полдник			
60	Булочка дорожная 60 <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сух</small>	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	21-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	22-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
36	Мармелад трицветик	ККАЛ-59, У-15	12-00
Итого за полдник		ККАЛ-505, Б-13, Ж-19, У-71	72-00
Итого за день		ККАЛ-1 919, Б-65, Ж-59, У-276	342-00

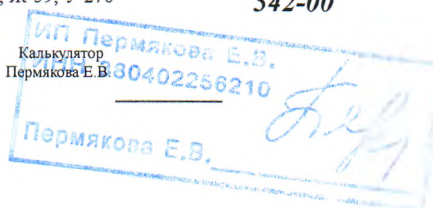
Директор
МБОУ СОШ
№ 35



Уварова Т.В. ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.



меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

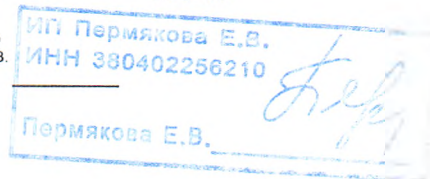
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
54	Яйцо вареное	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	16-00
200	Каша геркулес молочная с маслом 195/5 <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-261, Б-7, Ж-9, У-39	30-00
200	Чай французский (ваниль) <small>сахар, чай, ванилин</small>	ККАЛ-74, У-18	3-00
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-558, Б-18, Ж-16, У-84	58-00
обед			
210	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 200/10 <small>капуста, картофель, морковь, говядина-тушенка, лук репка, томатная паста, масло растительное, соль, лавровый лист</small>	ККАЛ-114, Б-3, Ж-8, У-7	21-00
90	Ежики куриные 60/30 <small>куры грудка, лук репка, масло растительное, мука, рис, томат-паста, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар</small>	ККАЛ-151, Б-12, Ж-5, У-9	36-00
150	Картофель отварной с маслом 150 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-134, Б-3, Ж-4, У-22	30-00
200	Сок фруктовый яблочный	ККАЛ-85, Б-1, У-20	23-00
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-652, Б-25, Ж-17, У-93	120-00
полдник			
75	Булочка Дорожная <small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, дрожжи сух, масло растительное</small>	ККАЛ-312, Б-10, Ж-13, У-41	28-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-485, Б-12, Ж-13, У-81	58-00
Итого за день		ККАЛ-1 696, Б-56, Ж-46, У-259	236-00

Директор
МБОУ СОШ
№35

Уварова Т.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			
20	Повидло фруктовое	ККАЛ-430, Б-1, У-114	8-00
250	Каша геркулес молочная с маслом 245/5	ККАЛ-270, Б-8, Ж-12, У-32	34-00
<small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>			
200	Чай французский (ваниль)	ККАЛ-74, У-18	3-00
<small>сахар, чай, ванилин</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			58-00
обед			
260	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-17	22-00
<small>капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль, лавровый лист</small>			
120	Ежики куриные 75/45	ККАЛ-178, Б-13, Ж-7, У-12	48-00
<small>куры грудка, лук репка, масло растительное, мука, рис, томат-паста, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар</small>			
180	Картофель отварной с маслом	ККАЛ-161, Б-3, Ж-4, У-27	35-00
<small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>			
200	Сок фруктовый яблочный	ККАЛ-85, Б-1, У-20	23-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	6-00
Итого за обед			143-00
полдник			
75	Булочка Дорожная	ККАЛ-312, Б-10, Ж-13, У-41	28-00
<small>мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, дрожжи сух, масло растительное</small>			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник			58-00
Итого за день			259-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35
Уварова Т.В.
ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В. Калькулятор
Пермякова Е.В.

