

**меню (Льгота 7-11 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
54	<b>Яйцо вареное</b>	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	23-00
10	<b>Сыр в нарезке</b>	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	14-00
18	<b>Мармелад трицветик</b>	ККАЛ-29, У-7	6-00
165	<b>Каша геркулес молочная с маслом 160/5</b>	ККАЛ-218, Б-7, Ж-8, У-28	27-00
	<small>геркулес, сахар, молоко сухое 23%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>		
200	<b>Какао с молоком</b>	ККАЛ-134, Б-4, Ж-3, У-23	25-00
	<small>молоко сухое 23%, сахар, какао-порошок</small>		
40	<b>Батон</b>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	7-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-640, Б-24, Ж-21, У-85	<b>104-00</b>
<b>обед</b>			
90	<b>Ежики куриные 60/30</b>	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	<b>Картофель отварной с маслом 150</b>	ККАЛ-134, Б-3, Ж-4, У-22	30-00
	<small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>		
200	<b>Сок фруктовый (мультифрукт)</b>	ККАЛ-85, Б-1, У-20	28-00
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-538, Б-22, Ж-10, У-86	<b>104-00</b>
<b>полдник</b>			
50	<b>Булочка Домашняя 50</b>	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	<b>Молоко питьевое пастеризованное 3,2%</b>	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	22-00
100	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-44, У-10	17-00
18	<b>Мармелад трицветик</b>	ККАЛ-29, У-7	6-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-370, Б-14, Ж-8, У-61	<b>63-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 548, Б-59, Ж-39, У-233	<b>271-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35  
Суворова 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)
<b>завтрак</b>			
10	<b>Сыр в нарезке</b>	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	14-00
200	<b>Каша геркулес молочная с маслом 195/5</b> <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-261, Б-7, Ж-9, У-39	30-00
105	<b>Омлет натуральный с маслом 100/5</b> <small>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-162, Б-9, Ж-13, У-1	60-00
200	<b>Чайный напиток Росинка</b> <small>сок фруктовый яблочный, сахар, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	18-00
50	<b>Батон</b>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	9-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-727, Б-26, Ж-26, У-95	<b>135-00</b>
<b>обед</b>			
15	<b>Закуска из свежих огурцов</b> <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-14, Ж-1	9-00
120	<b>Ежики куриные 75/45</b> <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	<b>Картофель отварной с маслом</b> <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-161, Б-3, Ж-4, У-27	35-00
200	<b>Сок фруктовый (мультифрукт)</b>	ККАЛ-85, Б-1, У-20	28-00
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
50	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	6-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-687, Б-27, Ж-14, У-110	<b>135-00</b>
<b>полдник</b>			
60	<b>Булочка дорожная 60</b> <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	<b>Молоко питьевое пастеризованное 3,2%</b>	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	22-00
100	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-44, У-10	17-00
36	<b>Мармелад трицветик</b>	ККАЛ-59, У-15	12-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-505, Б-13, Ж-19, У-71	<b>72-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 919, Б-65, Ж-59, У-276	<b>342-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35



Уварова Т.В. И.В. Пермякова  
Е.В.

Пермякова Е.В.

ИП Пермякова Е.В.  
Пермякова Е.В.  
Калькулятор  
30402256210

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)
<b><u>завтрак</u></b>			
54	<b>Яйцо вареное</b>	ККАЛ-76, Б-6, Ж-5	16-00
200	<b>Каша геркулес молочная с маслом 195/5</b> <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-261, Б-7, Ж-9, У-39	30-00
200	<b>Чай французский (ваниль)</b> <small>сахар, чай, ванилин</small>	ККАЛ-74, У-18	3-00
40	<b>Батон</b>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	7-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-558, Б-18, Ж-16, У-84	<b>58-00</b>
<b><u>обед</u></b>			
210	<b>Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 200/10</b> <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	<b>Ежики куриные 60/30</b> <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	<b>Картофель отварной с маслом 150</b> <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-134, Б-3, Ж-4, У-22	30-00
200	<b>Сок фруктовый яблочный</b>	ККАЛ-85, Б-1, У-20	23-00
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-652, Б-25, Ж-17, У-93	<b>120-00</b>
<b><u>полдник</u></b>			
75	<b>Булочка Дорожная</b> <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	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-485, Б-12, Ж-13, У-81	<b>58-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 696, Б-56, Ж-46, У-259	<b>236-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№35

Урлова 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)
<b>завтрак</b>			
20	<b>Повидло фруктовое</b>	ККАЛ-430, Б-1, У-114	8-00
250	<b>Каша геркулес молочная с маслом 245/5</b> <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-270, Б-8, Ж-12, У-32	34-00
200	<b>Чай французский (ваниль)</b> <small>сахар, чай, ванилин</small>	ККАЛ-74, У-18	3-00
50	<b>Батон</b>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	9-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-966, Б-15, Ж-14, У-199	<b>58-00</b>
<b>обед</b>			
260	<b>Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10</b> <small>капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль, лавровый лист</small>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-17	22-00
120	<b>Ежики куриные 75/45</b> <small>куры грудка, лук репка, масло растительное, мука, рис, томат-паста, морковь, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар</small>	ККАЛ-178, Б-13, Ж-7, У-12	48-00
180	<b>Картофель отварной с маслом</b> <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-161, Б-3, Ж-4, У-27	35-00
200	<b>Сок фруктовый яблочный</b>	ККАЛ-85, Б-1, У-20	23-00
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
50	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	6-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-792, Б-28, Ж-18, У-127	<b>143-00</b>
<b>полдник</b>			
75	<b>Булочка Дорожная</b> <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	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-485, Б-12, Ж-13, У-81	<b>58-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2 244, Б-55, Ж-45, У-408	<b>259-00</b>

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

Пермякова Е.В. Калькулятор  
Пермякова Е.В.

