

**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>			
5	<b>Горошек зеленый</b> <small>горошек зеленый, масло растительное</small>	ККАЛ-2	4-00
90	<b>Биточки рыбные Сочные 90</b> <small>минтай филе, хлеб пшеничный (резаный), свинина (окорок), сухари паниров., масло растительное, соль</small>	ККАЛ-143, Б-6, Ж-12, У-8	52-00
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	26-00
200	<b>Кофейный напиток на молоке</b> <small>сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%</small>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	14-00
40	<b>Батон</b>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	6-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-539, Б-17, Ж-20, У-77	<b>104-00</b>
<b>Молочная Перемена</b>			
200	<b>Молоко питьевое пастеризованное 2,5%</b>	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
<b>Итого за Молочная Перемена</b>		ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-10	=
<b>обед</b>			
100	<b>Мясо тушеное 50/50</b> <small>свинина (окорок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, морковь, лук репка, мука, томат-паста, соль</small>	ККАЛ-242, Б-11, Ж-24, У-4	68-00
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая 150</b> <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	15-00
200	<b>Напиток из шиповника</b> <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-94, У-22	12-00
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-709, Б-24, Ж-30, У-93	<b>104-00</b>
<b>полдник</b>			
80	<b>Блинчики</b> <small>мука, молоко сухое 25%, яйцо, сахар, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-178, Б-7, Ж-5, У-27	17-00
200	<b>Кефир 2,5%</b>	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	23-00
100	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-44, У-10	17-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-322, Б-13, Ж-10, У-45	<b>57-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ № 35

Уварова 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>			
15	<b>Горошек зеленый</b> <small>горошек зеленый, масло растительное</small>	ККАЛ-6, У-1	12-00
100	<b>Биточки рыбные Сочные с маслом сливочным 100/5</b> <small>лештай филе, хлеб пшеничный (резаный), свинина (окорок), сухари паниров., масло растительное, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-147, Б-7, Ж-13, У-8	66-00
180	<b>Картофельное пюре 180</b> <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	32-00
200	<b>Кофейный напиток на молоке</b> <small>сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%</small>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	14-00
50	<b>Батон</b>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-618, Б-19, Ж-22, У-90	<b>135-00</b>
<b>обед</b>			
30	<b>Закуска из консервированных огурцов</b> <small>огурцы консервированные, масло растительное салатное</small>	ККАЛ-30, Ж-3	14-00
110	<b>Мясо тушеное 60/50</b> <small>свишина (окорок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, тамаг-паста, морковь, лук репка, мука, соль</small>	ККАЛ-280, Б-13, Ж-24, У-4	79-00
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
200	<b>Напиток из шиповника</b> <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-94, У-22	12-00
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-862, Б-30, Ж-34, У-107	<b>135-00</b>
<b>полдник</b>			
100	<b>Блинчики</b> <small>мука, молоко сухое 25%, яйцо, сахар, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-222, Б-8, Ж-6, У-34	21-00
200	<b>Кефир 2,5%</b>	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	23-00
100	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-44, У-10	17-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-367, Б-14, Ж-11, У-52	<b>61-00</b>

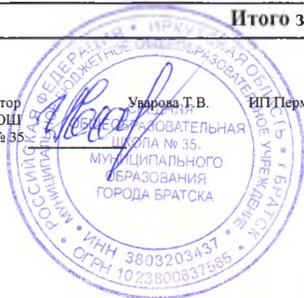
Директор МБОУ СОШ № 35 Уварова Т.В. ИП Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.  
ИНН 380402280210

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>завтрак</b>			
200	<b>Каша манная молочная с маслом 195/5</b> <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль</small>	ККАЛ-180, Б-4, Ж-9, У-21	<b>21-00</b>
40	<b>Омлет натуральный</b> <small>яйцо, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 23%, соль</small>	ККАЛ-59, Б-3, Ж-5	<b>20-00</b>
200	<b>Чай витаминный</b> <small>сахар, шиповник, лимон, чай</small>	ККАЛ-47, У-11	<b>9-00</b>
40	<b>Батон</b>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	<b>6-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-433, Б-12, Ж-15, У-59	<b>58-00</b>
<b>обед</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	<b>23-00</b>
90	<b>Мясо тушеное 45/45</b> <small>свинина (окорк), масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, морковь, лук репка, мука, соль</small>	ККАЛ-218, Б-10, Ж-18, У-4	<b>61-00</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая 150</b> <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	<b>15-00</b>
200	<b>Напиток из шиповника</b> <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-94, У-22	<b>12-00</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	<b>6-00</b>
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	<b>3-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-799, Б-27, Ж-32, У-100	<b>120-00</b>
<b>полдник</b>			
75	<b>Булочка с повидлом обынная</b> <small>лука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, повидло, соль, дрожжи сух, масло растительное</small>	ККАЛ-237, Б-18, Ж-4, У-35	<b>28-00</b>
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	<b>30-00</b>
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-410, Б-20, Ж-4, У-76	<b>58-00</b>

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)
<b>завтрак</b>			
250	<b>Каша манная молочная с маслом 240/10</b> <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>	ККАЛ-210, Б-6, Ж-9, У-26	32-00
200	<b>Чай витаминный</b> <small>сахар, шиповник, лимон, чай</small>	ККАЛ-47, У-11	9-00
50	<b>Батон</b>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	8-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-432, Б-11, Ж-11, У-69	<b>51-00</b>
<b>обед</b>			
10	<b>Закуска из консервированных огурцов</b> <small>огурцы консервированные, масло растительное салатное</small>	ККАЛ-10, Ж-1	5-00
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	24-00
110	<b>Мясо тушеное 60/50</b> <small>свинина (окорок), масло сливочное крестьянское 72,5%, томат-паста, морковь, лук репка, мука, соль</small>	ККАЛ-280, Б-13, Ж-24, У-4	79-00
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
200	<b>Напиток из шиповника</b> <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-94, У-22	12-00
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-961, Б-32, Ж-38, У-124	<b>150-00</b>
<b>полдник</b>			
75	<b>Пирожок с капустой</b> <small>капуста, мука, сахар, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух, яйцо</small>	ККАЛ-216, Б-5, Ж-8, У-30	21-00
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-389, Б-7, Ж-8, У-70	<b>51-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35



Угарова Т.В.  
ИП Пермякова  
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор  
Пермякова Е.В.

