

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
10	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-2	7-00
90	Котлета кур в сырной панировке <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., сыр твердый, мука, масло растительное, яйцо, соль</small>	ККАЛ-171, Б-13, Ж-11, У-13	56-00
150	Макароньы отварные (гребешок) 150 <small>макароньы (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-188, Б-5, Ж-4, У-33	17-00
200	Кофейный напиток на молоке <small>сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%</small>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	15-00
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-621, Б-26, Ж-19, У-94	104-00
обед			
90	Гуляш из свинины 50/50 <small>свинина (окорок), лук репка, томат-паста, масло растительное, мука, соль</small>	ККАЛ-230, Б-10, Ж-19, У-4	64-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	18-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-94, У-22	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-698, Б-23, Ж-26, У-93	104-00
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	20-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	24-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	33-00
Итого за полдник		ККАЛ-419, Б-13, Ж-17, У-53	77-00

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)
завтрак			
15	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-2	11-00
100	Котлета кур в сырной панировке 100 <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., сыр твердый, мука, масло растительное, яйцо, соль</small>	ККАЛ-178, Б-15, Ж-11, У-14	63-00
180	Макаронны отварные (гребешок) <small>макаронны (гребешок), масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34	20-00
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	28-00
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-657, Б-27, Ж-18, У-104	135-00
обед			
10	Помидор свежий в нарезке	ККАЛ-3	6-00
110	Гуляш из свинины 60/50 <small>свинина (окорок), лук репка, томат-паста, масло растительное, мука, соль</small>	ККАЛ-276, Б-12, Ж-23, У-5	81-00
180	Каши гречневая рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	22-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-94, У-22	12-00
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-830, Б-29, Ж-30, У-109	135-00
полдник			
75	Пирожок с яблоком <small>тесто соевое дрожжевое, фарш яблочный, масло растительное, мезанж, мука</small>	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	25-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	24-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	33-00
Итого за полдник		ККАЛ-348, Б-9, Ж-11, У-54	82-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Пермякова 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			
15	Повидло фруктовое	ККАЛ-322, Б-1, У-85	6-00
200	Каша гречневая молочная с маслом 195/5 <small>гречка, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %</small>	ККАЛ-195, Б-7, Ж-8, У-24	29-00
200	Кофейный напиток на молоке <small>сахар, кофейный напиток, молоко сухое 25%</small>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-2, У-21	15-00
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			59-00
обед			
200	Суп картофельный с рисом 200 <small>картофель, рис, лук репка, моркови, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-112, Б-4, Ж-4, У-20	15-00
90	Гуляш из свинины 50/50 <small>свинина (окопорок), лук репка, томат-паста, масло растительное, мука, соль</small>	ККАЛ-230, Б-10, Ж-19, У-4	64-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	18-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-94, У-22	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			119-00
полдник			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
90	Мандарины свежие	ККАЛ-32, Б-1, У-7	29-00
Итого за полдник			59-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35

Удальцова Т.В.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.



меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
15	Повидло фруктовое	ККАЛ-322, Б-1, У-85	6-00
250	Каша гречневая молочная с маслом 245/5 <small>гречка, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 % соль</small>	ККАЛ-235, Б-9, Ж-9, У-29	32-00
200	Чай русский (карамель) <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-38, У-9	4-00
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-788, Б-16, Ж-11, У-159	55-00
обед			
250	Суп картофельный с рисом 250 <small>картофель, лук репка, морковь, рис, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-123, Б-4, Ж-4, У-19	17-00
110	Гуляш из свинины 60/50 <small>свинина (окорек), лук репка, томат-паста, масло растительное, мука, соль</small>	ККАЛ-276, Б-12, Ж-23, У-5	81-00
180	Каша гречневая рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 % соль</small>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	22-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>	ККАЛ-94, У-22	12-00
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-951, Б-33, Ж-34, У-127	146-00
полдник			
75	Корж молочный 75 гр	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-19	25-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник		ККАЛ-288, Б-4, Ж-3, У-60	55-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 35



Уварова Т.В.

ИП Пермякова Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.