

## 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>			
90	<b>Ежики рыбные 60/30</b> <small>минтай б/е потрохи, лук репка, кури грудка, масло растительное, мука, рис, томат-паста, морковь, сахар</small>	ККАЛ-143, Б-5, Ж-10, У-10	36-00
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	31-00
200	<b>Сок фруктовый (мультифрукт)</b>	ККАЛ-85, Б-1, У-20	28-00
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>			<b>104-00</b>
<u>обед</u>			
90	<b>Биточки из птицы 90 (курица)</b> <small>кури грудка, хлеб пшеничный (резаный), сухари паниров., масло растительное, соль</small>	ККАЛ-167, Б-16, Ж-7, У-12	50-00
150	<b>Рис по-монастырски 150</b> <small>лук репка, рис, морковь, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-195, Б-3, Ж-5, У-31	19-00
200	<b>Сок фруктовый абрикосовый</b>	ККАЛ-106, У-25	25-00
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>			<b>104-00</b>
<u>полдник</u>			
50	<b>Булочка Веснушка 50</b> <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, меланж, соль, дрожжи сух, масло растительное</small>	ККАЛ-164, Б-4, Ж-6, У-24	13-00
200	<b>Снежок 2,5%</b>	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	35-00
100	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-44, У-10	18-00
<b>Итого за полдник</b>			<b>66-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ №35

ИП Пермякова  
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор  
Пермякова Е.В.



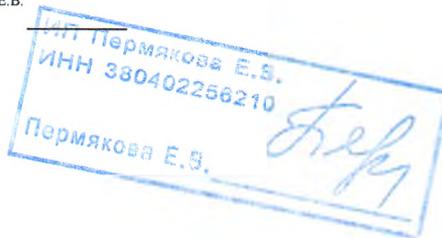
**меню (БП, РП 12-18 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
100	<b>Котлета рыбная "Емеля",</b> <small>минтай б/г потрош. творог свежий 9%, кури грудка, лук репка, сухари паниров., масло растительное, манка, яйцо, соль</small>	ККАЛ-120, Б-5, Ж-5, У-14	71-00
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	37-00
200	<b>Чай ягодный</b> <small>сахар, брусника свежемороженая, чай</small>	ККАЛ-55, У-13	14-00
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-527, Б-15, Ж-13, У-87	<b>135-00</b>
<b>обед</b>			
25	<b>Закуска из свежих огурцов</b> <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-23, Ж-2, У-1	18-00
280	<b>Плов с курицей 280.</b> <small>кури грудка, рис, масло растительное, лук репка, морковь, томат-паста, соль</small>	ККАЛ-391, Б-16, Ж-16, У-44	91-00
200	<b>Напиток яблочно-вишневый</b> <small>яблоки, сахар, вишня сухая, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	12-00
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	5-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-738, Б-24, Ж-20, У-115	<b>135-00</b>
<b>полдник</b>			
100	<b>Булочка Веснушка 100</b> <small>лука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изкм, меланж, соль, дрожжи сух, масло растительное</small>	ККАЛ-328, Б-8, Ж-12, У-47	25-00
200	<b>Снежок 2,5%</b>	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	35-00
100	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-44, У-10	18-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-525, Б-13, Ж-17, У-79	<b>78-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35



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)
<b>завтрак</b>			
100	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-44, У-10	<b>17-00</b>
200	<b>Каша пшеничная молочная с маслом 195/5</b> <small>пшено, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>	ККАЛ-215, Б-5, Ж-10, У-23	<b>28-00</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-74, Б-18, У-9	<b>3-00</b>
40	<b>Батон</b>	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	<b>7-00</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	<b>2-00</b>
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-481, Б-28, Ж-12, У-69	<b>57-00</b>
<b>обед</b>			
10	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-2	<b>8-00</b>
210	<b>Борщ с капустой и картофелем 200/10</b> <small>свекла, капуста, картофель, сметана 15%, морковь, лук репка, масло растительное, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</small>	ККАЛ-110, Б-2, Ж-6, У-18	<b>22-00</b>
90	<b>Биточки из птицы 90 (курица)</b> <small>куры грудка, хлеб пшеничный (резаный), сахар, паниров., масло растительное, соль</small>	ККАЛ-167, Б-16, Ж-7, У-12	<b>50-00</b>
150	<b>Рис по-монастырски 150</b> <small>лук репка, рис, морковь, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-195, Б-3, Ж-5, У-31	<b>19-00</b>
200	<b>Напиток яблочно-вишневый</b> <small>яблоки, сахар, вишня сухая, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	<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>4-00</b>
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-733, Б-27, Ж-18, У-118	<b>121-00</b>
<b>полдник</b>			
80	<b>Пряник промышленный</b>	ККАЛ-269, Б-4, Ж-2, У-62	<b>27-00</b>
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	<b>30-00</b>
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-442, Б-6, Ж-2, У-103	<b>57-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ № 35  
Пермякова Е.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 пшениная молочная с маслом 245/5</b> <small>пшенио, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, соль</small>	ККАЛ-165, Б-4, Ж-8, У-24	32-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар, чай</small>	ККАЛ-74, Б-18, У-9	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-432, Б-28, Ж-10, У-69	48-00
<b>обед</b>			
15	<b>Закуска из свежих огурцов</b> <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-14, Ж-1	12-00
260	<b>Борщ с капустой и картофелем 250/10</b> <small>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</small>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-20	24-00
280	<b>Плов с курицей 280.</b> <small>куры грудка, рис, масло растительное, лук репка, морковь, томат-паста, соль</small>	ККАЛ-391, Б-16, Ж-16, У-44	91-00
200	<b>Напиток яблочно-вишневый</b> <small>яблоки, сахар, вишня сухая, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	12-00
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	5-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-847, Б-26, Ж-25, У-135	153-00
<b>полдник</b>			
75	<b>Булочка Веснушка 75</b> <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, меланж, соль, дрожжи сух, масло растительное</small>	ККАЛ-328, Б-8, Ж-12, У-47	18-00
200	<b>Сок фруктовый 1/200</b>	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-501, Б-10, Ж-12, У-88	48-00

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 35



ИП Пермякова  
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор  
Пермякова Е.В.

