

## меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
110	Яблоки свежие	ККАЛ-49. У-11	20-00
200	Каша пшеничная молочная с маслом 195/5	ККАЛ-206. Б-6. Ж-6. У-31	23-00
	<small>пшено, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</small>		
200	Чай с сахаром, лимоном	ККАЛ-77. У-19	6-00
	<small>сахар, лимон, чай</small>		
40	Батон	ККАЛ-113. Б-3. Ж-1. У-21	6-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34. Б-1. У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-479. Б-12. Ж-8. У-87	<b>57-00</b>
<u>обед</u>			
40	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-6. У-1	12-00
210	Борщ с капустой и картофелем 200/10	ККАЛ-110. Б-2. Ж-6. У-18	20-00
	<small>свекла, капуста, картофель, сметана 15%, морковь, лук репка, масло растительное, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</small>		
90	Биточки из птицы 90 (курица)	ККАЛ-167. Б-16. Ж-7. У-12	52-00
	<small>кури грудка, хлеб пшеничный фрезированный, сухари панировочные, масло растительное, соль</small>		
150	Рис по-монастырски 150	ККАЛ-195. Б-3. Ж-5. У-31	18-00
	<small>лук репка, рис, морковь, масло растительное, соль</small>		
200	Напиток яблочно-вишневый	ККАЛ-92. У-23	10-00
	<small>яблоки, сахар, вишня сухая, лимонная кислота</small>		
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117. Б-4. У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51. Б-2. У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-737. Б-27. Ж-18. У-118	<b>121-00</b>
<u>полдник</u>			
80	Пряник промышленный	ККАЛ-269. Б-4. Ж-2. У-62	27-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173. Б-2. У-40	30-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-442. Б-6. Ж-2. У-103	<b>57-00</b>



ИП Пермякова  
Е.В.

*Е.В. Пермякова*

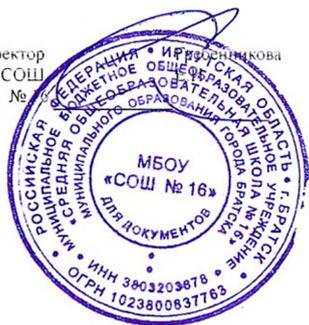
Пермякова Е.В.



**меню (БП, РП 12-18 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
40	<b>Помидор свежий в нарезке</b>	ККАЛ-9, У-2	13-00
100	<b>Котлета рыбная 'Емеля',</b> <i>минтай филе, творог свежий 9%, куриный фарш, лук репчатый, сухари панировочные, масло сливочное крестьянское 72,5%, манка, яйца, соль</i>	ККАЛ-114, Б-5, Ж-5, У-13	71-00
180	<b>Картофельное пюре 180</b> <i>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 25%, соль</i>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	30-00
200	<b>Чай 'Черничка'</b> <i>сахар, брусника свежемороженая, чай</i>	ККАЛ-55, У-13	10-00
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-529, Б-15, Ж-13, У-88	<b>135-00</b>
<u>обед</u>			
30	<b>Закуска из свежих огурцов</b> <i>огурец свежий, масло растительное, соль</i>	ККАЛ-28, Ж-3, У-1	9-00
100	<b>Курица рубленая под сыром</b> <i>куриный фарш, сметана 15%, лук репчатый, сухари панировочные, сыр твердый, масло растительное, соль</i>	ККАЛ-157, Б-12, Ж-9, У-7	82-00
180	<b>Рис по-монастырски</b> <i>лук репчатый, рис, морковь, масло растительное, соль</i>	ККАЛ-234, Б-4, Ж-8, У-37	22-00
200	<b>Напиток яблочно-вишневый</b> <i>яблоки, сахар, вишня сухая, лимонная кислота</i>	ККАЛ-92, У-23	10-00
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-743, Б-24, Ж-20, У-115	<b>135-00</b>
<u>полдник</u>			
100	<b>Булочка Веснушка 100</b> <i>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, меланж, соль, дрожжи сухие, масло растительное</i>	ККАЛ-328, Б-8, Ж-12, У-47	25-00
200	<b>Снежок 2,5%</b>	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	34-00
100	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-44, У-10	17-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-525, Б-13, Ж-17, У-79	<b>76-00</b>

Директор  
МБОУ СОШ №16  
И.В. Пермякова



ИП Пермякова  
Е.В.

*(Handwritten signature)*

Пермякова Е.В.  
Калькулятор  
ИП 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)
<u>завтрак</u>			
250	<b>Каша пшеничная молочная с маслом 240/10</b> <i>пшено, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар, соль</i>	ККАЛ-161, Б-4, Ж-8, У-23	34-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай</i>	ККАЛ-74, У-18	5-00
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-428, Б-9, Ж-10, У-77	<b>50-00</b>
<u>обед</u>			
10	<b>Огурец свежий в нарезке</b>	ККАЛ-1	3-00
260	<b>Борщ с капустой и картофелем 250/10</b> <i>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, сахар, соль, лимонная кислота</i>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-20	22-00
100	<b>Курица рубленая под сыром</b> <i>курица, лук репка, сметана 15%, лук репка, сухари паниров., сыр твердый, масло растительное, соль</i>	ККАЛ-157, Б-12, Ж-9, У-7	82-00
180	<b>Рис по-монастырски</b> <i>лук репка, рис, морковь, масло растительное, соль</i>	ККАЛ-234, Б-4, Ж-8, У-37	22-00
200	<b>Напиток яблочно-вишневый</b> <i>яблоки, сахар, вишня сухая, лимонная кислота</i>	ККАЛ-92, У-23	10-00
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-835, Б-26, Ж-23, У-135	<b>151-00</b>
<u>полдник</u>			
75	<b>Булочка Веснушка 75</b> <i>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, ваниль, мажиг, соль, орехи сух., масло растительное</i>	ККАЛ-328, Б-8, Ж-12, У-47	20-00
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	<b>50-00</b>

ИП Пермякова  
Е.В.