

## меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

| Выход (г)               | Наименование блюда             | Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость порции (руб) |
|-------------------------|--------------------------------|---|------------------------|
| <u>завтрак</u>          |                                |   |                        |
| 10                      | Сыр в нарезке                  | ККАЛ-34, Б-3, Ж-3   | 11-00                  |
| 20                      | Огурец свежий в нарезке        | ККАЛ-3, У-1   | 8-00                   |
| 210                     | Макаронь отварные с сыром      | ККАЛ-297, Б-10, Ж-8, У-46   | 27-00                  |
| 200                     | Чай русский (карамель)         | ККАЛ-38, У-9  | 5-00                   |
| 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-525, Б-18, Ж-12, У-83  | 59-00                  |
| <u>обед</u>             |                                |   |                        |
| 20                      | Помидор свежий в нарезке       | ККАЛ-4, У-1   | 9-00                   |
| 200                     | Суп картофельный с рисом       | ККАЛ-112, Б-4, Ж-4, У-26  | 12-00                  |
| 90                      | Гуляш из свинины 45/45         | ККАЛ-231, Б-10, Ж-19, У-4   | 62-00                  |
| 150                     | Каша гречневая рассыпчатая 150 | ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32  | 15-00                  |
| 200                     | Напиток из шиповника           | 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  | 3-00                   |
| <b>Итого за обед</b>    |                                | ККАЛ-814, Б-27, Ж-30, У-114   | 119-00                 |
| <u>полдник</u>          |                                |   |                        |
| 200                     | Сок фруктовый 1/200            | ККАЛ-173, Б-2, У-40   | 30-00                  |
| 85                      | Мандарины свежие               | ККАЛ-30, Б-1, У-6   | 29-00                  |
| <b>Итого за полдник</b> |                                | ККАЛ-203, Б-3, У-47   | 59-00                  |

Директор  
МБОУ СОШ № 16



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) |
|------------------|---|---|-------------------------|
| <u>завтрак</u>   |   |   |                         |
| 30               | Огурец свежий в нарезке   | ККАЛ-5, У-1   | 12-00                   |
| 199              | Котлета кур в сырной панировке с маслом 100/5<br><small>куриный фарш, хлеб пшеничный (сухари), яйцо куриное, сыр твердый, масло сливочное, специи, соль</small> | ККАЛ-176, Б-14, Ж-11, У-13  | 69-00                   |
| 180              | Макаронны отварные (гребешок)<br><small>макаронны (гребешок), масло сливочное, крупа пшеничная</small>  | ККАЛ-199, Б-6, Ж-5, У-34  | 18-00                   |
| 200              | Сок фруктовый (мультифрукт)   | ККАЛ-85, Б-1, У-20  | 25-00                   |
| 50               | Батон   | ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26  | 8-00                    |
| 30               | Хлеб ржаной   | ККАЛ-51, Б-2, У-10  | 3-00                    |
| Итого за завтрак |   | ККАЛ-651, Б-26, Ж-17, У-104   | 135-00                  |
| <u>обед</u>      |   |   |                         |
| 25               | Помидор свежий в нарезке  | ККАЛ-5, У-1   | 11-00                   |
| 110              | Гуляш из свинины 60/50<br><small>свинина (мякоть), лук репчатый, морковь, масло сливочное, специи, соль</small>   | ККАЛ-367, Б-13, Ж-26, У-5   | 82-00                   |
| 180              | Каша гречневая рассыпчатая<br><small>гречка, масло сливочное, крупа пшеничная</small>   | ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33  | 18-00                   |
| 200              | Напиток из шиповника<br><small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>  | ККАЛ-94, У-22   | 12-00                   |
| 70               | Хлеб пшеничный  | ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34  | 8-00                    |
| 40               | Хлеб ржаной   | ККАЛ-58, Б-3, Ж-1, У-13   | 4-00                    |
| Итого за обед    |   | ККАЛ-865, Б-31, Ж-33, У-109   | 135-00                  |
| <u>полдник</u>   |   |   |                         |
| 75               | Пирожок с яблоком<br><small>мука пшеничная, яйцо куриное, сахар, масло сливочное, яблоко, изюм, соль</small>  | ККАЛ-213, Б-3, Ж-9, У-39  | 25-00                   |
| 200              | Кефир 2,5%  | ККАЛ-89, Б-6, Ж-5, У-8  | 23-00                   |
| 100              | Мандарины свежие  | ККАЛ-35, Б-1, У-8   | 33-00                   |
| Итого за полдник |   | ККАЛ-337, Б-9, Ж-14, У-54   | 81-00                   |

Директор  
МБОУ СОШ № 16

Перикова Е.В.

ИП Перикова Е.В.

Перикова Е.В.

Калькулятор  
Перикова Е.



## меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

| Выход (г)        | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>платежи<br>(руб) |
|------------------|--|--|-------------------------------|
| <u>завтрак</u>   |  |  |                               |
| 25               | Повидло фруктовое  | ККАЛ-537, Б-1, У-142   | 9-00                          |
| 240              | Макароны отварные с сыром  | ККАЛ-339, Б-12, Ж-9, У-53  | 31-00                         |
|                  | <small>макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное, растительное</small>                                  | <small>723 Ккал</small>  |                               |
| 200              | Чай русский (карамель)   | ККАЛ-38, У-9   | 5-00                          |
|                  | <small>чай, сахар</small>  |  |                               |
| 40               | Батон  | ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21   | 6-00                          |
| 30               | Хлеб ржаной  | ККАЛ-51, Б-2, У-10   | 3-00                          |
| Итого за завтрак |  | ККАЛ-1 079, Б-18, Ж-11, У-235  | 54-00                         |
| <u>обед</u>      |  |  |                               |
| 20               | Помидор свежий в нарезке   | ККАЛ-14, У-1   | 9-00                          |
| 250              | Суп картофельный с рисом   | ККАЛ-123, Б-4, Ж-4, У-19   | 14-00                         |
|                  | <small>картофель, лук репчатый, морковь, рис, масло растительное, соль, зелень свежая, укроп, петрушка</small> |  |                               |
| 110              | Гуляши из свинины 60/50  | ККАЛ-307, Б-13, Ж-26, У-5  | 82-00                         |
|                  | <small>свиная вырезка, лук репчатый, морковь, лук, масло растительное, растительное, соль, специи</small>      | <small>723 Ккал</small>  |                               |
| 180              | Каша гречневая рассыпчатая   | ККАЛ-228, Б-9, Ж-6, У-33   | 18-00                         |
|                  | <small>гречка, вода, сливочное масло</small>   | <small>723 Ккал</small>  |                               |
| 200              | Напиток из шиповника   | ККАЛ-94, У-22  | 12-00                         |
|                  | <small>шиповник, сахар, лимонная кислота</small>   |  |                               |
| 70               | Хлеб пшеничный   | ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34   | 8-00                          |
| 40               | Хлеб ржаной  | ККАЛ-51, Б-2, У-10   | 4-00                          |
| Итого за обед    |  | ККАЛ-1 087, Б-35, Ж-38, У-128  | 147-00                        |
| <u>полдник</u>   |  |  |                               |
| 75               | Корис молочный 75 гр   | ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-19   | 24-00                         |
| 200              | Сок фруктовый 1/200  | ККАЛ-173, Б-2, У-40  | 30-00                         |
| Итого за полдник |  | ККАЛ-1 288, Б-4, Ж-3, У-60   | 54-00                         |

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 16

Гребенникова  
Е.И.

ИП Перякова  
Е.В.

Перякова Е.В.

Кликов Игорь  
Перякова Е.В.

