

## меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
110	Яблоки свежие	ККАЛ-49, У-11	18-00
200	Каша пшеничная молочная с маслом 195/5	ККАЛ-206, Б-6, Ж-6, У-31	24-00
	<small>пшено, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5%, сахар соль</small>		
200	Чай с сахаром, лимоном	ККАЛ-77, У-19	7-00
	<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
Итого за завтрак		ККАЛ-479, Б-12, Ж-8, У-87	57-00
<u>обед</u>			
20	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-3, У-1	10-00
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 (резаный), сахар, панировка, масло растительное, соль</small>		
150	Рис по-монастырски 150	ККАЛ-195, Б-3, Ж-5, У-31	20-00
	<small>лук репка, рис, морковь, масло растительное, соль</small>		
200	Напиток яблочно-вишневый	ККАЛ-92, У-23	10-00
	<small>яблоки, сахар, вишня сушеная, 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
Итого за обед		ККАЛ-735, Б-27, Ж-18, У-118	121-00
<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
Итого за полдник		ККАЛ-442, Б-6, Ж-2, У-103	57-00

ИП Пермякова  
Е. В.

Пермякова Е. В.

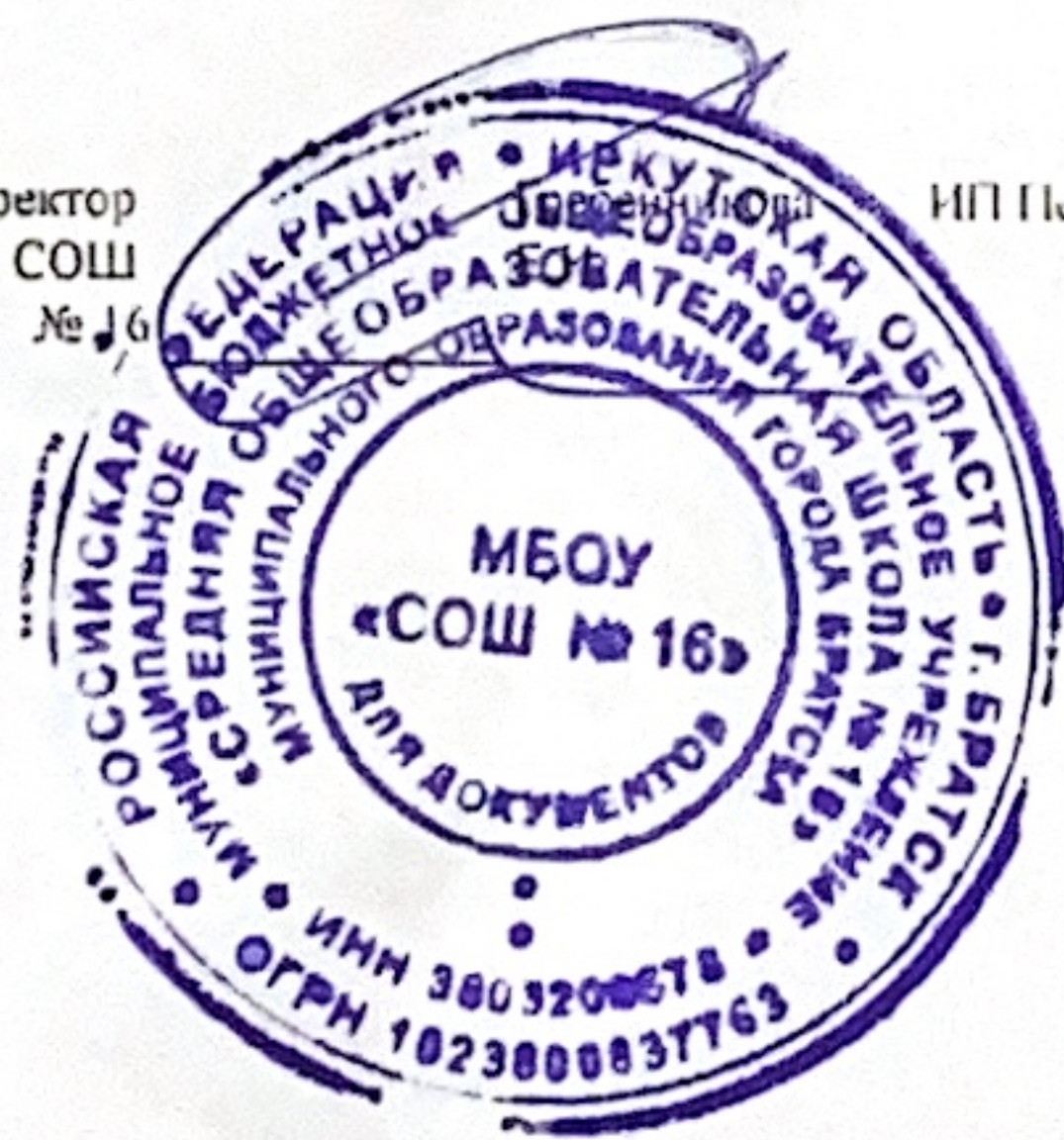
Калькулятор  
Пермякова Е. В.



## меню (ОВЗ, ДИ 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	н. пеп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	ккал
<u>завтрак</u>			
250	<b>Каша пшеничная молочная с маслом 245/5</b> <small>пшено, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5% соль</small>	ККАЛ-165, Б-4, Ж-8, У-24	30-00
200	<b>Чай с сахаром, лимоном</b> <small>сахар, лимон, чай</small>	ККАЛ-77, У-19	7-00
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-434, Б-10, Ж-10, У-78	48-00
<u>обед</u>			
260	<b>Борщ с капустой и картофелем 250/10</b> <small>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репка, сметана 15%, масло растительное тахини-паста сахар соль лимонная кислота</small>	ККАЛ-119, Б-2, Ж-6, У-20	24-00
100	<b>Курица рубленая под сыром</b> <small>куры грудка, сметана 15%, лук репка, сухари панирова, сыр твердый, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-157, Б-12, Ж-9, У-7	83-00
180	<b>Рис по-монастырски</b> <small>лук репка, рис, морковь, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-234, Б-4, Ж-8, У-37	24-00
200	<b>Напиток яблочно-вишневый</b> <small>яблоки, сахар, вишня сухая, лимонная кислота</small>	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-834, Б-26, Ж-23, У-134	153-00
<u>полдник</u>			
75	<b>Булочка Веснушка 75</b> <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, меланж, соль, орехи 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  
№ 16



ИП Пермякова  
Е. В.

*Е. В. Пермякова*

Пермякова Е. В.

Калькулятор  
Пермякова Е. В.

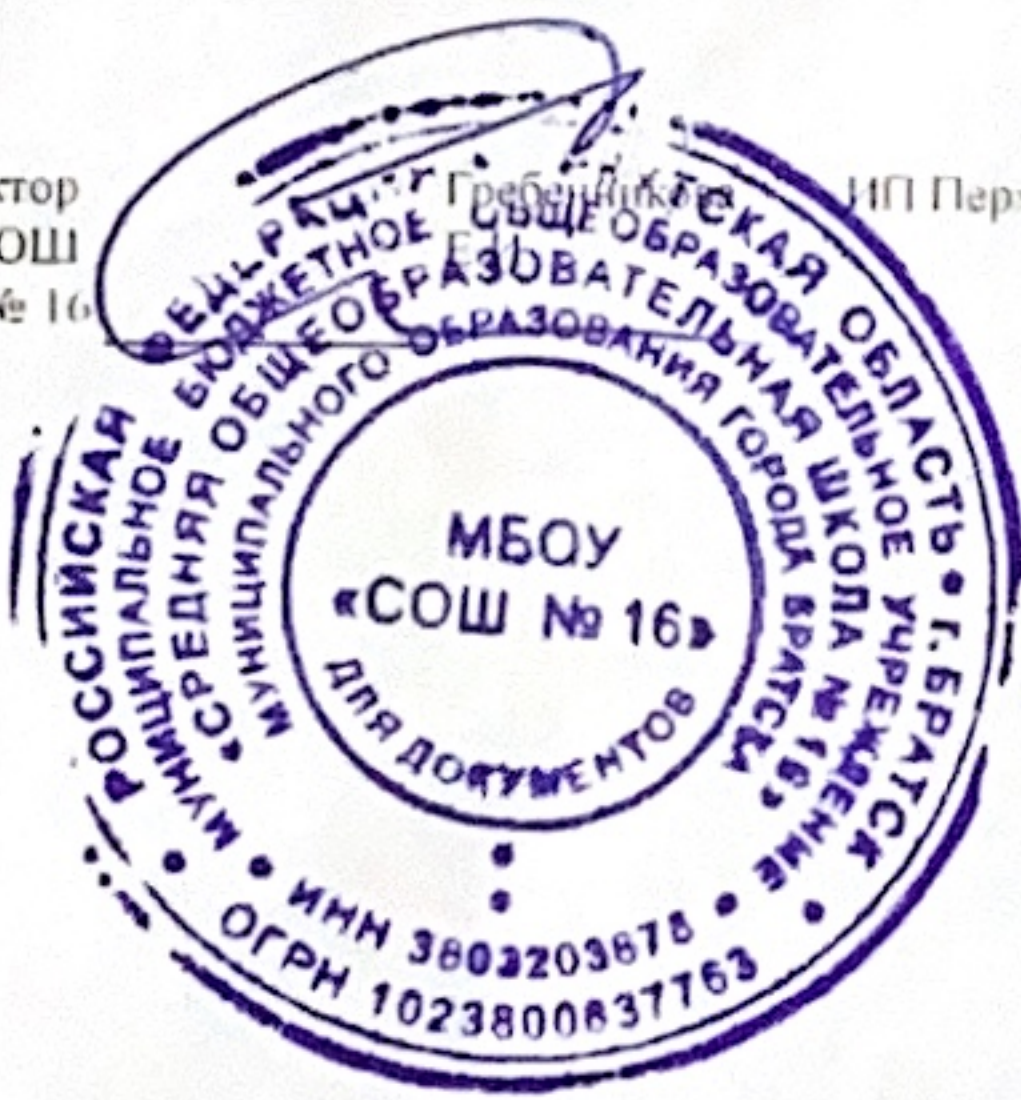




## меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
100	Котлета рыбная 'Емеля', <small>минтай филе, творог свежий 5%, куриный рубчик, лук репчатый, сухари панировочные, масло сливочное крестьянское 72,5%, манка, яйцо, соль</small>	ККАЛ-114, Б-5, Ж-5, У-13	79-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5%, молоко сухое 2,9%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	31-00
200	Чай 'Ежевичка' <small>сахар, брусника свежемороженая, чай</small>	ККАЛ-55, У-13	14-00
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-521, Б-15, Ж-13, У-86	135-00
<u>обед</u>			
15	Закуска из свежих огурцов <small>огурец свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-14, Ж-1	6-00
100	Курица рубленая под сыром <small>куриный рубчик, сметана 15%, лук репчатый, сухари панировочные, сыр твердый, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-157, Б-12, Ж-9, У-7	83-00
180	Рис по-монастырски <small>лук репчатый, рис, морковь, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-234, Б-4, Ж-8, У-37	24-00
200	Напиток яблочно-вишневый <small>яблоки, сахар, вишня сухая, лимонная кислота</small>	ККАЛ-92, У-23	10-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	4-00
Итого за обед		ККАЛ-729, Б-24, Ж-19, У-115	135-00
<u>полдник</u>			
100	Булочка Веснушка 100 <small>мука, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5%, изюм, меланж, соль, орехи жемчужные, масло растительное</small>	ККАЛ-328, Б-8, Ж-12, У-47	25-00
200	Снежок 2,5%	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, У-22	33-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	18-00
Итого за полдник		ККАЛ-525, Б-13, Ж-17, У-79	76-00

Директор  
МБОУ СОШ  
№ 16



ИП Пермякова  
Е. В.

Пермякова Е. В.

Калькулятор  
Пермякова Е. В.

