

20.01.2025 (БП, РП 12-18 лет, 1пп)

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>			
20	Огурец свежий в нарезке	ККАЛ-3, У-1	12-00
110	Гуляш из свинины 60/50 <small>свинина (окорок), лук репка, томат-паста, масло сливочное крестьянское 72,5 %, мука, соль</small>	ККАЛ-307, Б-13, Ж-26, У-5	85-00
180	Каша гречневая рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	18-00
200	Чай с сахаром с молоком 200 <small>сахар, молоко сухое 25%, чай</small>	ККАЛ-100, Б-2, Ж-1, У-20	9-00
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-828, Б-30, Ж-35, У-95	135-00
<u>обед</u>			
15	Салат из свежих помидоров <small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>	ККАЛ-15, Ж-1, У-1	8-00
110	Шарики рыбные 80/30 <small>минтай б/г потрош, творог свежий 9%, кури грудка, лук репка, мука, масло растительное, манка, томат-паста, морковь, яйцо, соль, сахар</small>	ККАЛ-131, Б-11, Ж-6, У-10	55-00
180	Картофельное пюре 180 <small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	34-00
200	Сок фруктовый вишневый	ККАЛ-100, Б-1, У-23	25-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	5-00
Итого за обед		ККАЛ-655, Б-25, Ж-14, У-109	135-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок рис яйцо <small>тесто дрожжевое, фарш рисовый с яйцом, мука, меланж, масло растительное</small>	ККАЛ-266, Б-8, Ж-11, У-33	25-00
200	Молоко питьевое пастеризованное 3,2%	ККАЛ-118, Б-6, Ж-6, У-9	23-00
100	Яблоки свежие	ККАЛ-44, У-10	17-00
36	Мармелад трицветик	ККАЛ-59, У-15	14-00
Итого за полдник		ККАЛ-488, Б-14, Ж-18, У-67	79-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 16



ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.

ИП Пермякова Е.В.
ИНН 380402256210

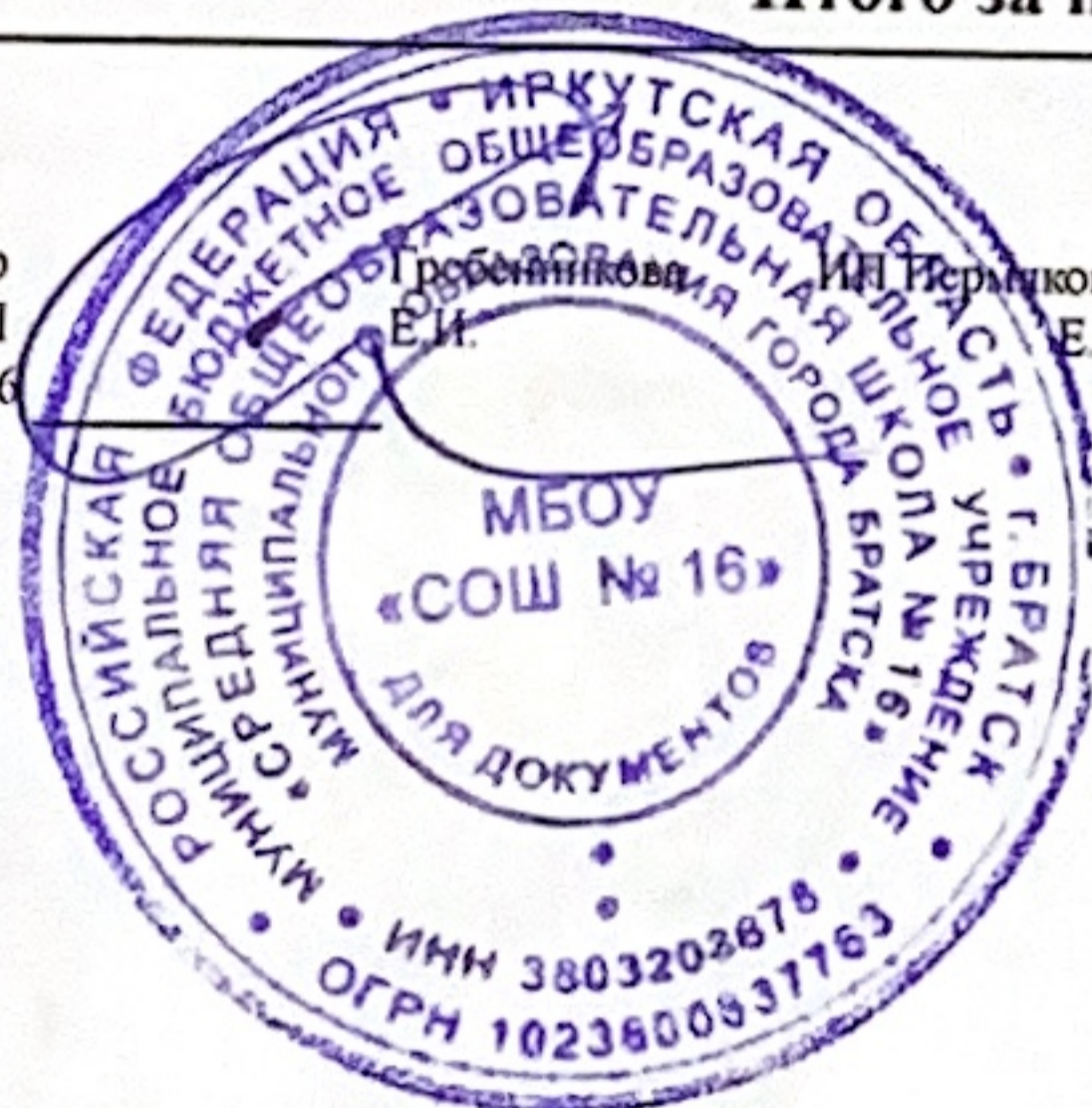
Пермякова Е.В.

20.01.2025 (ОВЗ, ДИ 12-18 лет, 1пп)

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>			
25	Повидло фруктовое	ККАЛ-537, Б-1, У-142	9-00
250	Каша гречневая молочная с маслом 245/5	ККАЛ-235, Б-9, Ж-9, У-29	29-00
<small>гречка, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль</small>			
200	Чай вишневый	ККАЛ-93, У-23	6-00
<small>сахар, вишня сухая, чай</small>			
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			55-00
<u>обед</u>			
10	Салат из свежих помидоров	ККАЛ-10, Ж-1	5-00
<small>помидор свежий, масло растительное, соль</small>			
250	Суп картофельный с гречневой крупой 250	ККАЛ-116, Б-2, Ж-4, У-21	14-00
<small>картофель, лук репка, морковь, гречка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>			
110	Шарики рыбные 80/30	ККАЛ-131, Б-11, Ж-6, У-10	55-00
<small>минтай б/г потрош, творог свежий 9%, кури грудка, лук репка, мука, масло растительное, манка, томат-паста, морковь, яйцо, соль, сахар</small>			
180	Картофельное пюре 180	ККАЛ-159, Б-4, Ж-5, У-24	34-00
<small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>			
200	Сок фруктовый вишневый	ККАЛ-100, Б-1, У-23	25-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	5-00
Итого за обед			146-00
<u>полдник</u>			
75	Пирожок рис яйцо	ККАЛ-266, Б-8, Ж-11, У-33	25-00
<small>тесто дрожжевое, фарш рисовый с яйцом, мука, меланж, масло растительное</small>			
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
Итого за полдник			55-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 16



Пермякова Е.В. Калькулятор

ИП Пермякова Е.В.
ИНН 380402256210
Пермякова Е.В.

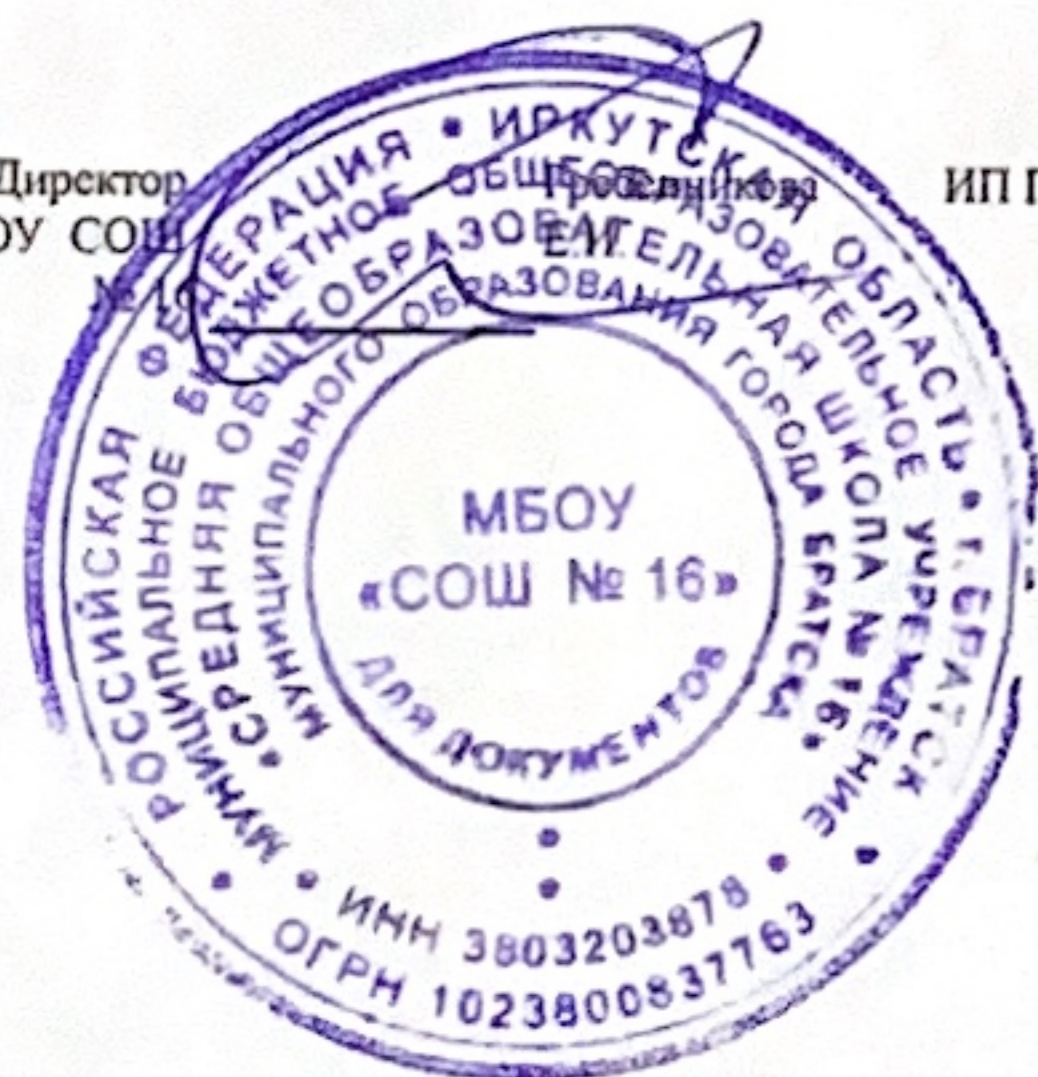
20.01.2025 (ОВЗ, ДИ 7-11 лет, 1пи)

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>			
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	14-00
30	Повидло фруктовое	ККАЛ-644, Б-1, У-170	10-00
200	Каша гречневая молочная с маслом 195/5	ККАЛ-195, Б-7, Ж-8, У-24	25-00
	<small>гречка, молоко сухое 25%, сахар, масло сливочное крестьянское 72,5 %</small>		
200	Чай вишневый	ККАЛ-93, У-23	6-00
	<small>сахар, вишня сухая, 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-1 114, Б-16, Ж-12, У-244	63-00
<u>обед</u>			
200	Суп картофельный с гречневой крупой.	ККАЛ-115, Б-2, Ж-3, У-20	11-00
	<small>картофель, гречка, лук репка, морковь, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>		
90	Шарики рыбные 60/30	ККАЛ-117, Б-10, Ж-5, У-8	41-00
	<small>минтай б/г потрош, творог свежий 9%, кури грудка, лук репка, мука, масло растительное, манка, томат-паста, морковь, яйцо, соль, сахар</small>		
150	Картофельное пюре 150	ККАЛ-133, Б-3, Ж-4, У-20	28-00
	<small>картофель, масло сливочное крестьянское 72,5 %, молоко сухое 25%, соль</small>		
200	Сок фруктовый (мультифрукт)	ККАЛ-85, Б-1, У-20	26-00
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-618, Б-22, Ж-13, У-103	115-00
<u>полдник</u>			
75	Ватрушка с повидлом	ККАЛ-244, Б-5, Ж-6, У-44	25-00
	<small>тесто сдобное дрожжевое, повидло, мука, меланж, масло растительное</small>		
200	Напиток овсяный шоколадный 1/200	ККАЛ-370, Б-10, Ж-32, У-95	38-00
Итого за полдник		ККАЛ-614, Б-15, Ж-38, У-139	63-00

Директор
МБОУ СОШ № 16
ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.
Калькулятор
Пермякова Е.В.



ИП Пермякова Е.В.
ИНН 380402256210
Пермякова Е.В.