

меню (ОВЗ, ДИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	Каша манная молочная с маслом 195/5 манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль	ККАЛ-180, Б-4, Ж-9, У-21	22-00
45	Котлета куриная Диетическая 45 куры грудка, творог свежий 5 %, лук репка, сухари паниров., масло растительное, манка, яйцо, соль	ККАЛ-80, Б-6, Ж-5, У-6	30-00
200	Чай русский (карамель) сахар, чай	ККАЛ-38, У-9	3-00
40	Батон	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-445, Б-15, Ж-15, У-63	64-00
обед			
200	Суп гороховый 200 картофель, горох сухой, морковь, лук репка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-119, Б-4, Ж-4, У-19	10-00
100	Гуляш из птицы (курица) 50/50 куры грудка, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, мука, соль	ККАЛ-131, Б-14, Ж-7, У-3	60-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-205, Б-7, Ж-5, У-32	16-00
200	Кисель из шиповника шиповник, сахар, крахмал картофельный	ККАЛ-105, У-26	18-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за обед		ККАЛ-727, Б-32, Ж-17, У-115	114-00
полдник			
60	Булочка дорожная 60 мука, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль, масло растительное, дрожжи сух	ККАЛ-283, Б-7, Ж-12, У-37	20-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	30-00
85	Яблоки свежие	ККАЛ-38, У-8	14-00
Итого за полдник		ККАЛ-494, Б-9, Ж-12, У-86	64-00



ИП Пермякова Е.В.
ИНН 380402256210

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)
завтрак			
100	Котлета куриная Диетическая 100 куры грудка, творог свежий 5 %, лук репка, сухари паниров., масло растительное, манка, яйцо, соль	ККАЛ-181, Б-12, Ж-12, У-14	66-00
180	Овощное пюре 180 картофель, горох сухой, масло сливочное крестьянское 72,5 %, морковь, лук репка, молоко сухое 25%, соль	ККАЛ-169, Б-3, Ж-7, У-19	37-00
200	Компот Десертный смесь ягодная я-я, сахар, лимонная кислота	ККАЛ-85, Б-1, У-20	19-00
50	Батон	ККАЛ-142, Б-4, Ж-1, У-26	9-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	4-00
Итого за завтрак		ККАЛ-628, Б-21, Ж-21, У-89	135-00
обед			
15	Огурец свежий с маслом растительным. огурец свежий, масло растительное	ККАЛ-14, Ж-1	10-00
110	Гуляш из птицы 60/50 (курица) куры грудка, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, мука, соль	ККАЛ-147, Б-15, Ж-8, У-3	74-00
180	Каша гречневая рассыпчатая гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	19-00
200	Кисель из шиповника шиповник, сахар, крахмал картофельный	ККАЛ-105, У-26	18-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	9-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	5-00
Итого за обед		ККАЛ-722, Б-32, Ж-17, У-110	135-00
полдник			
75	Пирожок с яблоком тесто сдобное дрожжевое, фарш яблочный, масло растительное, меланж, мука	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	25-00
200	Кефир 2,5%	ККАЛ-100, Б-6, Ж-5, У-8	24-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	33-00
Итого за полдник		ККАЛ-348, Б-9, Ж-11, У-54	82-00

Директор
МБОУ СОШ
№ 16

Гребенникова
Е.И.

ИП Пермякова
Е.В.

Пермякова Е.В.

Калькулятор
Пермякова Е.В.



ИП Пермякова Е.В.
ИНН 380402256210
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>			
10	Сыр в нарезке	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	14-00
250	Каша манная молочная с маслом 245/5	ККАЛ-214, Б-6, Ж-10, У-26	27-00
	манка, молоко сухое 25%, масло сливочное крестьянское 72,5 %, сахар, соль		3-00
200	Чай русский (карамель)	ККАЛ-38, У-9	7-00
	сахар, чай	ККАЛ-113, Б-3, Ж-1, У-21	4-00
40	Батон	ККАЛ-51, Б-2, У-10	55-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-451, Б-13, Ж-14, У-66	
Итого за завтрак			
<u>обед</u>			
250	Суп гороховый 250	ККАЛ-126, Б-5, Ж-4, У-19	21-00
	картофель, горох сухой, морковь, лук репка, масло растительное, соль, зелень сухая (укроп, петрушка)		74-00
110	Гуляш из птицы 60/50 (курица)	ККАЛ-147, Б-15, Ж-8, У-3	19-00
	куры грудка, лук репка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, томат-паста, мука, соль		18-00
180	Каша гречневая рассыпчатая	ККАЛ-225, Б-9, Ж-6, У-33	9-00
	гречка, масло сливочное крестьянское 72,5 %, соль	ККАЛ-105, У-26	5-00
200	Кисель из шиповника	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	
	шиповник, сахар, крахмал картофельный	ККАЛ-68, Б-3, Ж-1, У-13	146-00
70	Хлеб пшеничный		
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-835, Б-37, Ж-19, У-129	
Итого за обед			
<u>полдник</u>			
75	Пирожок с яблоком	ККАЛ-213, Б-3, Ж-6, У-39	25-00
	тесто сдобное дрожжевое, фарш яблочный, масло растительное, меланж, мука		30-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККАЛ-173, Б-2, У-40	55-00
Итого за полдник			

