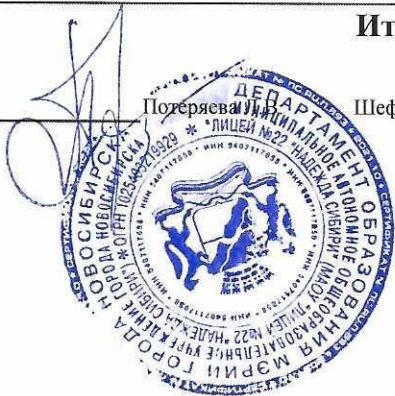


Категория "1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
150/75	Плов со свиной н/шк п/ф	Калорийность-421, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-39	44-10
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
38	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-14
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-662, Белки-30, Жиры-31, Углеводы-64	70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне н/шк п/ф	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	15-89
75	Биточки (особые) п/ф н/шк	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-39
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-09
200	Компот из клубники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	5-54
58.5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-138, Белки-4, Углеводы-29	3-32
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-752, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-102	70-00
Итого за день		Калорийность-1 414, Белки-52, Жиры-52, Углеводы-166	140-00

Директор



Потеряева

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Handwritten signature]

Брованова Н.В.

Категория "Многодетные от 11 лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200/100	Плов со свиной б/пл п/ф	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-82
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
39	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-22
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-822, Белки-38, Жиры-40, Углеводы-76	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-39
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-89
75	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-40
200	Макароны отварные б/пл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-15
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-28
51	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-120, Белки-4, Углеводы-25	2-89
50	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-00
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-1 044, Белки-29, Жиры-35, Углеводы-138	88-00
Итого за день		Калорийность-1 866, Белки-67, Жиры-75, Углеводы-214	176-00

Директор




Повар



Котомчина Т.А.

Калькулятор



Брованова Н.В.

Категория "Многодетные 7-11лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
200/100	Плов со свиной б/пл п/ф	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-82
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
42.5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	2-42
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-814, Белки-37, Жиры-38, Углеводы-78	85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-39
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-89
75	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-40
150	Макаронны отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-11
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-28
51.5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-122, Белки-4, Углеводы-26	2-93
50	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-00
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-981, Белки-27, Жиры-33, Углеводы-128	85-00
Итого за день		Калорийность-1795, Белки-64, Жиры-71, Углеводы-206	170-00

Директор



Пополнительно



Шеф-повар



Котомчина Т.А.

Калькулятор



Брованова Н.В.

Категория "ОВЗ и инв. от 12лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	11-20
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	20-21
200/100	Плов со свиной овз п/ф	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-93
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	6-34
43.5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	2-47
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Обед		Калорийность-1 034, Белки-39, Жиры-46, Углеводы-116	102-35
Полдник			
40	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-45
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-27
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
Итого за Полдник		Калорийность-449, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-59	73-65
Итого за день		Калорийность-1 483, Белки-56, Жиры-61, Углеводы-175	176-00

Директор



Потеряла В



Повар



Котомчина Т.А.

Калькулятор



Брованова Н.В.

Категория "ОВЗ и инв. 7-11лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-72
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	16-17
160/80	Плов со свиной овз п/ф	Калорийность-449, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-41	47-14
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	6-34
45.5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	2-58
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-829, Белки-32, Жиры-34, Углеводы-97	81-35
Полдник			
40	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-45
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-27
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
Итого за Полдник		Калорийность-449, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-59	73-65
Итого за день		Калорийность-1 278, Белки-49, Жиры-49, Углеводы-156	155-00

Директор



Потеряева Т.А.

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Handwritten signature]

Брованова Н.В.

Категория "ОВЗ и инв. 1-4 класс" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-72
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	16-17
160/80	Плов со свиной овз п/ф	Калорийность-449, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-41	47-14
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	6-34
70	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-164, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-34	3-97
50	Хлеб бородинский овз	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-00
Итого за Обед		Калорийность-925, Белки-35, Жиры-36, Углеводы-116	84-34
Полдник			
40	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-45
49	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-115, Белки-4, Углеводы-24	2-78
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
Итого за Полдник		Калорийность-470, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-63	74-16
Итого за день		Калорийность-1395, Белки-53, Жиры-51, Углеводы-179	158-50

Директор



Погорелова Т.В.



Нерсисян

Котомчина Т.А.

Калькулятор



Бронова Н.В.

Категория "1-4 классы" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак (1 смена)

35	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
150/75	Плов со свиной н/шк п/ф	Калорийность-421, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-39	44-09
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-37
38	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-16
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-662, Белки-30, Жиры-31, Углеводы-64	70-00

Обед (2 смена)

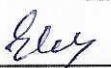
15	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне н/шк п/ф	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	15-87
75	Биточки (особые) п/ф н/шк	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-39
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из клубники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	5-46
60	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	3-39
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-755, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-103	70-00
Итого за день		Калорийность-1 417, Белки-53, Жиры-52, Углеводы-167	140-00

Директор




Заведующая

Психолог



Шаланова Е.Е.

Калькулятор



Брованова Н.В.

Категория "Многодетные от 11лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200/100	Плов со свиной б/пл п/ф	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-80
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-37
40	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-25
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-825, Белки-38, Жиры-40, Углеводы-77	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-37
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-87
75	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-39
200	Макароны отварные б/пл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-15
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-71
55	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-129, Белки-4, Углеводы-27	3-11
55	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	4-40
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-1 063, Белки-30, Жиры-35, Углеводы-142	88-00
Итого за день		Калорийность-1 888, Белки-68, Жиры-75, Углеводы-219	176-00

Директор



Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

Брованова Н.В.

Категория "ОВЗ и инв. от 12лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	11-33
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	20-00
200/100	Плов со свининой овз п/ф	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-92
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	6-87
36	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-04
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Обед		Калорийность-1 015, Белки-39, Жиры-46, Углеводы-112	102-36
Полдник			
40	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-57
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-45
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-27
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
Итого за Полдник		Калорийность-449, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-59	73-64
Итого за день		Калорийность-1 464, Белки-56, Жиры-61, Углеводы-171	176-00

Директор



Петрова Л.В.



Шеф-повар



Шаланова Е.Е.

Калькулятор



Брованова Н.В.

Категория "ОВЗ и инв. 1-4 класс" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-79
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	16-00
160/80	Плов со свининой овз п/ф	Калорийность-449, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-41	47-13
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	6-87
72	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-169, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-35	4-07
50	Хлеб бородинский овз	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-00
Итого за Обед		Калорийность-930, Белки-35, Жиры-36, Углеводы-117	84-86
Полдник			
40	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-57
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-45
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-27
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
Итого за Полдник		Калорийность-449, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-59	73-64
Итого за день		Калорийность-1 379, Белки-52, Жиры-51, Углеводы-176	158-50

Директор




Потеряла Л.В.

Шеф-повар



Шаланова Е.Е.

Калькулятор



Бронова Н.В.