

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>			
45	Перец болгарский в нарезке н/шк	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2	7-62
130	Голень цыплят бройлеров запечённая н/шк	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-36
150	Картофельное пюре н/шк н/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-38
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-37
40	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-27
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-614, Белки-34, Жиры-31, Углеводы-48	70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	4-71
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой н/шк н/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-42
90	Курица тушеная с морковью н/шк н/ф	Калорийность-114, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-4	27-19
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-11
200	Компот из кураги н/шк	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-08
26	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-49
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-602, Белки-28, Жиры-19, Углеводы-79	70-00
Итого за день		Калорийность-1 216, Белки-62, Жиры-50, Углеводы-127	140-00

Директор



Тютюряева И.В.

Целеповар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

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>			
45	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2	7-62
130	Голень цыплят бройлеров запечённая б/пл	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-36
200	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	25-85
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-15
50	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	2-82
40	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-853, Белки-41, Жиры-38, Углеводы-87	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Винегрет с растительным маслом б/пл п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-78
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-41
100	Курица тушеная с морковью б/пл п/ф	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	30-20
200	Макароны отварные б/пл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-16
200	Компот из кураги б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-64
39	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-21
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-60
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-855, Белки-34, Жиры-31, Углеводы-110	88-00
Итого за день		Калорийность-1 708, Белки-75, Жиры-69, Углеводы-197	176-00

Директор




Почтарёва Л.В.

Шеф-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	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-9, Углеводы-2	5-93
130	Голень цыплят бройлеров запечённая б/пл	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-36
200	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	25-85
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-15
41	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-31
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-809, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-78	85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Винегрет с растительным маслом б/пл п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-78
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-41
100	Курица тушеная с морковью б/пл п/ф	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	30-20
150	Макароньы отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из кураги б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-64
40	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-25
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-60
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-793, Белки-32, Жиры-29, Углеводы-100	85-00
Итого за день		Калорийность-1 602, Белки-70, Жиры-66, Углеводы-178	170-00

Директор



Петеряева Л.В.

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Handwritten signature]

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)
<u>Обед</u>			
100	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-95
250/25	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-195, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	25-64
130	Голень цыплят бройлеров запечённая овз	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-37
200	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	24-32
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-60
51	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-120, Белки-4, Углеводы-25	2-88
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Обед		Калорийность-1 101, Белки-49, Жиры-54, Углеводы-105	116-96
<u>Полдник</u>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-71
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-70
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-25
Итого за Полдник		Калорийность-395, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-52	59-04
Итого за день		Калорийность-1 496, Белки-63, Жиры-68, Углеводы-157	176-00

Директор



Погорьева Д.В.



Исполнитель



Котомчина Т.А.

Калькулятор

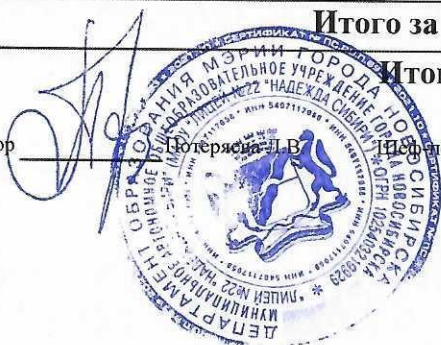


Брованова Н.В.

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)
<u>Обед</u>			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-97
200/200	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-51
130	Голень цыплят бройлеров запечённая овз	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-37
150	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	18-24
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-60
43	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	2-44
Итого за Обед		Калорийность-872, Белки-42, Жиры-45, Углеводы-73	96-13
<u>Полдник</u>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-71
27	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-53
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-25
Итого за Полдник		Калорийность-388, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50	58-87
Итого за день		Калорийность-1 260, Белки-56, Жиры-59, Углеводы-123	155-00

Директор



Готеряева И.В.

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)
<u>Обед</u>			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-97
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-51
130	Голень цыплят бройлеров запечённая овз	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-37
150	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	18-24
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-60
45	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-57
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Обед		Калорийность-955, Белки-45, Жиры-46, Углеводы-90	99-46
<u>Полдник</u>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-71
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-70
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-25
Итого за Полдник		Калорийность-395, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-52	59-04
Итого за день		Калорийность-1 350, Белки-59, Жиры-60, Углеводы-142	158-50

Директор



Потряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

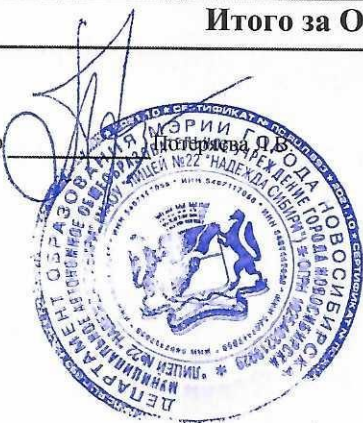
Калькулятор

Брованова 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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
45	Перец болгарский в нарезке н/шк	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2	7-62
130	Голень цыплят бройлеров запечённая н/шк	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-36
150	Картофельное пюре н/шк н/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-37
40	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-26
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-614, Белки-34, Жиры-31, Углеводы-48	70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	4-74
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой н/шк н/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-42
90	Курица тушеная с морковью н/шк н/ф	Калорийность-114, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-4	27-19
150	Макароньы отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из кураги н/шк	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-13
25	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-40
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-600, Белки-28, Жиры-19, Углеводы-78	70-00
Итого за день		Калорийность-1 214, Белки-62, Жиры-50, Углеводы-126	140-00

Директор



Шеф-повар

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

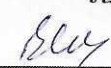
Н.В.

Брованова Н.В.

Категория "Многодетные от 11 лет" 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>			
45	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2	7-62
130	Голень цыплят бройлеров запечённая б/пл	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-36
200	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	25-85
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-15
50	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	2-82
40	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-853, Белки-41, Жиры-38, Углеводы-87	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Винегрет с растительным маслом б/пл п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-79
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-42
100	Курица тушеная с морковью б/пл п/ф	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	30-21
180	Макароны отварные б/пл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	10-94
200	Компот из кураги б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-17
36,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-07
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-844, Белки-34, Жиры-30, Углеводы-108	88-00
Итого за день		Калорийность-1 697, Белки-75, Жиры-68, Углеводы-195	176-00

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

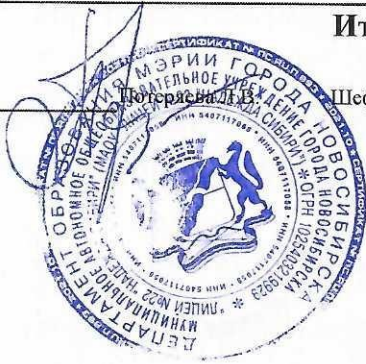
Калькулятор  Брованова Н.В.



Категория "Многодетные 7-11 лет" 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>			
45	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2	7-62
130	Голень цыплят бройлеров запечённая б/пл	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-36
180	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	23-27
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-15
56	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-131, Белки-4, Углеводы-28	3-20
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-828, Белки-40, Жиры-36, Углеводы-84	85-00
Итого за день		Калорийность-828, Белки-40, Жиры-36, Углеводы-84	85-00

Директор



Потеряны

Шеф-повар

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)
<u>Обед</u>			
100	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-92
250/25	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-195, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	25-59
130	Голень цыплят бройлеров запечённая овз	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-37
200	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	24-46
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-57
62	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-145, Белки-5, Углеводы-31	3-54
50	Хлеб бородинский овз	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-00
Итого за Обед		Калорийность-1 146, Белки-50, Жиры-54, Углеводы-115	118-45
<u>Полдник</u>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	15-56
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-27
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-34
Итого за Полдник		Калорийность-419, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-57	57-55
Итого за день		Калорийность-1 565, Белки-65, Жиры-68, Углеводы-172	176-00

Директор



Исполнитель

Шаланова Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

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)
<u>Обед</u>			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-95
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-47
130	Голень цыплят бройлеров запечённая овз	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-37
150	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	18-34
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-57
57	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-134, Белки-4, Углеводы-28	3-25
50	Хлеб бородинский овз	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-00
Итого за Обед		Калорийность-1 004, Белки-46, Жиры-46, Углеводы-100	100-95
<u>Полдник</u>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	15-56
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-27
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-34
Итого за Полдник		Калорийность-419, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-57	57-55
Итого за день		Калорийность-1 423, Белки-61, Жиры-60, Углеводы-157	158-50

Директор



Посвящая

Писф. доар

Ессу

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Бр

Брованова Н.В.