

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>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-79
80/40	Гуляш из свинины н/шк п/ф	Калорийность-188, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-5	39-04
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	13-57
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-50
37	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-10
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-609, Белки-32, Жиры-23, Углеводы-66	70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-4, Углеводы-1	2-51
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне н/шк п/ф	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	15-88
150	Плов из отварной говядины н/шк п/ф	Калорийность-261, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-29	42-26
200	Компот из брусники н/шк	Калорийность-33, Углеводы-8	7-81
27	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-54
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-471, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-61	70-00
Итого за день		Калорийность-1 080, Белки-50, Жиры-40, Углеводы-127	140-00

Директор



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)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак (1 смена)

30	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
90/45	Гуляш из свинины б/пл п/ф	Калорийность-212, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-6	43-92
200	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	18-09
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-51
33,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	1-90
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-798, Белки-41, Жиры-30, Углеводы-90	88-00

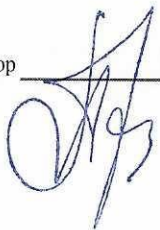
Обед (2 смена)

100	Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-36
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-85
160	Плов из отварной говядины б/пл п/ф	Калорийность-279, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-31	45-07
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	7-81
44	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	2-51
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-736, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-93	88-00

Итого за день

Калорийность-1 534, Белки-65, Жиры-59, Углеводы-183 **176-00**

Директор




Горбанева Л.В.

Медведева



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)
Завтрак (1 смена)			
30	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
90/45	Гуляш из свинины б/пл п/ф	Калорийность-212, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-6	43-92
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	13-57
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-51
46	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	2-62
40	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-768, Белки-39, Жиры-29, Углеводы-88	85-00
Обед (2 смена)			
100	Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-36
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-85
150	Плов из отварной говядины б/пл п/ф	Калорийность-261, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-29	42-26
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	7-81
41	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-32
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-711, Белки-23, Жиры-28, Углеводы-89	85-00
Итого за день		Калорийность-1 479, Белки-62, Жиры-57, Углеводы-177	170-00

Директор



Потребитель



Повар



Котомчина Т.А.

Калькулятор

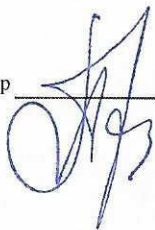


Брованова Н.В.

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)
<u>Обед</u>			
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	20-04
100/50	Гуляш из свинины овз п/ф	Калорийность-235, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-7	48-84
190	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-296, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-46	17-41
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	7-87
37	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-08
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-972, Белки-43, Жиры-39, Углеводы-111	109-84
<u>Полдник</u>			
100	Запеканка из творога овз	Калорийность-202, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-15	35-90
200	Кефир 2,5% овз	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	15-11
45	Молоко сгущенное с сахаром овз	Калорийность-147, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	15-15
Итого за Полдник		Калорийность-449, Белки-29, Жиры-16, Углеводы-48	66-16
Итого за день		Калорийность-1 421, Белки-72, Жиры-55, Углеводы-159	176-00

Директор



Посредник И.В.



Исц. повар



Котомчина Т.А.

Калькулятор

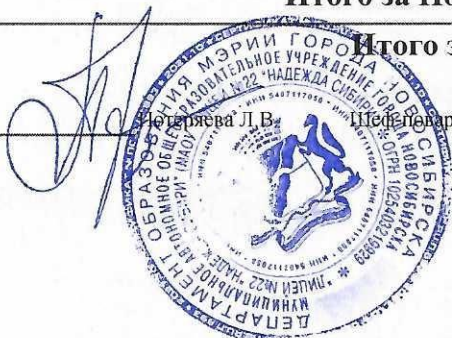


Брованова Н.В.

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	16-03
90/45	Гуляш из свинины овз п/ф	Калорийность-212, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-6	43-96
150	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	13-74
180	Компот из брусники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	7-09
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-27
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-812, Белки-37, Жиры-31, Углеводы-95	92-21
Полдник			
100	Запеканка из творога овз	Калорийность-202, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-15	35-90
200	Кефир 2,5% овз	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	15-11
35	Молоко сгущенное с сахаром овз	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19	11-78
Итого за Полдник		Калорийность-417, Белки-29, Жиры-15, Углеводы-42	62-79
Итого за день		Калорийность-1 229, Белки-66, Жиры-46, Углеводы-137	155-00

Директор



Иванова Л.В.

Педагог

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
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	16-03
90/45	Гуляш из свинины овз п/ф	Калорийность-212, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-6	43-96
160	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38	14-66
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	7-87
57,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-136, Белки-4, Углеводы-29	3-27
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Обед		Калорийность-893, Белки-40, Жиры-33, Углеводы-111	95-71
<u>Полдник</u>			
100	Запеканка из творога овз	Калорийность-202, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-15	35-90
200	Кефир 2,5% овз	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	15-11
35	Молоко сгущенное с сахаром овз	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19	11-78
Итого за Полдник		Калорийность-417, Белки-29, Жиры-15, Углеводы-42	62-79
Итого за день		Калорийность-1 310, Белки-69, Жиры-48, Углеводы-153	158-50

Директор



Заведующая

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Начальная школа Сов.63

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

Дополнительно

200 Молоко 3,2%жир. с
трубочкой н/шк 30-00

38 Вафли в ассортименте н/шк 16-00

Итого за Дополнительно 46-00

Итого за день 46-00

Директор



Повар



Младший 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>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-79
80/40	Гуляш из свинины н/шк п/ф	Калорийность-188, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-5	39-04
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	13-57
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-50
37	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-10
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-609, Белки-32, Жиры-23, Углеводы-66	70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-4, Углеводы-1	2-51
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
150	Плов из отварной говядины н/шк п/ф	Калорийность-261, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-29	42-26
200	Компот из брусники н/шк	Калорийность-33, Углеводы-8	7-81
27	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-55
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-471, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-61	70-00
Итого за день		Калорийность-1 080, Белки-50, Жиры-40, Углеводы-127	140-00

Директор _____ Потребитель _____ Повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ 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)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак (1 смена)

30	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
90/45	Гуляш из свинины б/пл п/ф	Калорийность-212, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-6	43-92
200	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	18-10
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-50
33,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	1-90
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40

Итого за Завтрак (1 смена) Калорийность-798, Белки-41, Жиры-30, Углеводы-90 **88-00**

Обед (2 смена)

100	Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-36
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-86
165	Плов из отварной говядины б/пл п/ф	Калорийность-287, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-32	46-48
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	7-81
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	1-89
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-60

Итого за Обед (2 смена) Калорийность-699, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-84 **88-00**

Итого за день Калорийность-1 497, Белки-65, Жиры-59, Углеводы-174 **176-00**

Директор



Исполнитель И.В.



Шеф-повар



Шаланова Е.Е.

Калькулятор



Брованова Н.В.

Категория "Многодетные 7-11лет" Чапл.59

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

Завтрак (1 смена)

30	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
90/45	Гуляш из свинины б/пл п/ф	Калорийность-212, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-6	43-92
170	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	15-38
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-50
29	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-62
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-739, Белки-38, Жиры-29, Углеводы-80	85-00
Итого за день		Калорийность-739, Белки-38, Жиры-29, Углеводы-80	85-00

Директор




Директор Д.В.

Итого за день



Шаланова Е.Е.

Калькулятор



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	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	11-21
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	20-08
100/50	Гуляш из свинины овз п/ф	Калорийность-235, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-7	48-85
200	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	18-96
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	7-83
34,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	1-96
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-983, Белки-44, Жиры-39, Углеводы-112	111-29
<u>Полдник</u>			
100	Запеканка из творога овз	Калорийность-202, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-15	36-13
200	Кефир 2,5% овз	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	15-11
40	Молоко сгущенное с сахаром овз	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	13-47
Итого за Полдник		Калорийность-433, Белки-29, Жиры-15, Углеводы-45	64-71
Итого за день		Калорийность-1 416, Белки-73, Жиры-54, Углеводы-157	176-00

Директор



Шаланова Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

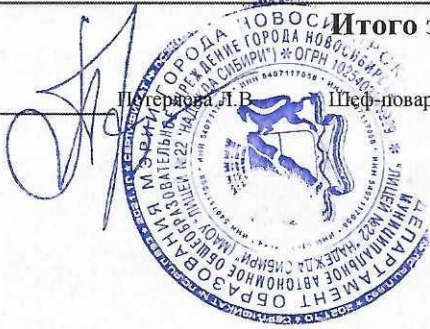
Брованова Н.В.

Брованова Н.В.

Категория "ОВЗ и инв. 1-4класс" 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	6-72
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	16-06
90/45	Гуляш из свинины овз п/ф	Калорийность-212, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-6	43-97
160	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38	15-17
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	7-83
44,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-53
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Обед		Калорийность-862, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-104	95-48
Полдник			
100	Запеканка из творога овз	Калорийность-202, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-15	36-13
200	Кефир 2,5% овз	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	15-11
35	Молоко сгущенное с сахаром овз	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19	11-78
Итого за Полдник		Калорийность-417, Белки-29, Жиры-15, Углеводы-42	63-02
Итого за день		Калорийность-1 279, Белки-68, Жиры-48, Углеводы-146	158-50

Директор



Петрова И.В.

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

[Handwritten signature]

Брованова Н.В.

Начальная школа Чапл.59

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

Дополнительно

200 Молоко 3,2%жир. с
трубочкой н/шк 30-00

38 Вафли в ассортименте н/шк 16-00

Итого за Дополнительно 46-00

Итого за день 46-00

Директор




Директор Котеряева Н.В.

Шеф-повар



Шаланова Е.Е.

Калькулятор



Брованова Н.В.