

## Категория "1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
22,5	<b>Перец болгарский в нарезке н/шк</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>3-89</b>
155	<b>Жаркое по-домашнему н/шк н/ф</b>	Калорийность-246, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-13	<b>63-20</b>
200	<b>Чай с сахаром н/шк</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-37</b>
27	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-54</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		<b>Калорийность-342, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-33</b>	<b>70-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Огурец в нарезке н/шк</b>	Калорийность-2	<b>1-86</b>
200	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне н/шк н/ф</b>	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	<b>17-52</b>
75	<b>Биточки (особые) н/ф н/шк</b>	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	<b>32-39</b>
140	<b>Макароны отварные н/шк</b>	Калорийность-184, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-31	<b>8-51</b>
180	<b>Компот из клюквы н/шк</b>	Калорийность-26, Углеводы-6	<b>8-38</b>
24	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	<b>1-34</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		<b>Калорийность-666, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-85</b>	<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>		<b>Калорийность-1 008, Белки-38, Жиры-36, Углеводы-118</b>	<b>140-00</b>

Директор



Воспитатель

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Бронова 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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
15	<b>Перец болгарский в нарезке б/пл</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	2-54
200	<b>Жаркое по-домашнему б/пл п/ф</b>	Калорийность-318, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-17	81-55
200	<b>Чай с сахаром б/пл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-37
45	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-54
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-454, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-46	<b>88-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
25	<b>Огурец в нарезке б/пл</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	3-09
250	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне б/пл п/ф</b>	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	22-05
75	<b>Биточки (особые) п/ф б/пл</b>	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-39
180	<b>Макароны отварные с сыром б/пл</b>	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	18-63
200	<b>Компот из клюквы б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	9-52
41	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-32
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-782, Белки-22, Жиры-24, Углеводы-101	<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 236, Белки-45, Жиры-43, Углеводы-147	<b>176-00</b>

Директор




Котомчина Л.В.

Писф-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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
15	<b>Перец болгарский в нарезке б/пл</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	2-54
190	<b>Жаркое по-домашнему б/пл пф</b>	Калорийность-302, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-16	77-47
200	<b>Чай с сахаром б/пл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-37
64	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-150, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-31	3-62
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-483, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-54	<b>85-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
30	<b>Огурец в нарезке б/пл</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	3-71
250	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне б/пл п/ф</b>	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	22-05
75	<b>Биточки (особые) п/ф б/пл</b>	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-39
150	<b>Макароны отварные с сыром б/пл</b>	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-53
200	<b>Компот из клюквы б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	9-52
32	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	1-80
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-721, Белки-20, Жиры-23, Углеводы-92	<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 204, Белки-44, Жиры-42, Углеводы-146	<b>170-00</b>

Директор




Помощник Д.В.

Шеф-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)
<u>Обед</u>			
60	<b>Икра свекольная овз п/ф</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-13
200	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-64
175	<b>Жаркое по-домашнему овз п/ф</b>	Калорийность-278, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-15	70-97
200	<b>Компот из клюквы овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	9-59
67	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-157, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-33	3-82
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-661, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-76	<b>110-15</b>
<u>Полдник</u>			
20	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-79
200	<b>Чай с сахаром овз</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-44
40	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-27
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-272, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-43	<b>44-85</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-933, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-119	<b>155-00</b>

Директор



Игорьева Т.В.

Шеф-повар

*[Signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Signature]*

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	<b>Икра свекольная овз п/ф</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-13
200	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-64
175	<b>Жаркое по-домашнему овз п/ф</b>	Калорийность-278, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-15	70-97
200	<b>Компот из клюквы овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	9-59
72,5	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-171, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-36	4-12
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-675, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-79	<b>110-45</b>
<u>Полдник</u>			
25	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
200	<b>Чай с сахаром овз</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-44
40	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-27
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-290, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-43	<b>48-05</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-965, Белки-41, Жиры-34, Углеводы-122	<b>158-50</b>

Директор



Потеряны

Шеф-повар

*[Signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Signature]*

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

250 **Мандарин н/шк** *Калорийность-88, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-19* **46-25**

200 **Сок с трубочкой н/шк** **28-70**

**Итого за Дополнительно** *Калорийность-88, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-19* **74-95**

**Итого за день** *Калорийность-88, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-19* **74-95**

Директор



Игоряева Т.В.

Шеф-повар



Котомчина Т.А.

Калькулятор



Брованова Н.В.



## Категория "1-4 классы" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
22,5	<b>Перец болгарский в нарезке н/шк</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>3-89</b>
155	<b>Жаркое по-домашнему н/шк п/ф</b>	Калорийность-246, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-13	<b>63-20</b>
200	<b>Чай с сахаром н/шк</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-37</b>
27	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-54</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Огурец в нарезке н/шк</b>	Калорийность-2	<b>1-86</b>
200	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне н/шк п/ф</b>	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	<b>17-52</b>
75	<b>Биточки (особые) п/ф н/шк</b>	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	<b>32-39</b>
140	<b>Макароны отварные н/шк</b>	Калорийность-184, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-31	<b>8-51</b>
180	<b>Компот из клюквы н/шк</b>	Калорийность-26, Углеводы-6	<b>8-38</b>
24	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	<b>1-34</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>
Калорийность-1 008, Белки-38, Жиры-36, Углеводы-118			

Директор



Ветеряева И.В.

Повар

*Е.Е.*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В.*

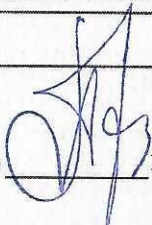
Брованова Н.В.



# 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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
15	<b>Перец болгарский в нарезке б/пл</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	2-54
200	<b>Жаркое по-домашнему б/пл пф</b>	Калорийность-318, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-17	81-55
200	<b>Чай с сахаром б/пл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-37
45	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-54
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-454, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-46	<b>88-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
25	<b>Огурец в нарезке б/пл</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	3-12
250	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне б/пл п/ф</b>	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	22-06
75	<b>Биточки (особые) п/ф б/пл</b>	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-39
180	<b>Макароны отварные с сыром б/пл</b>	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	18-63
200	<b>Компот из клюквы б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	9-52
40	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-28
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-780, Белки-22, Жиры-24, Углеводы-101	<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 234, Белки-45, Жиры-43, Углеводы-147	<b>176-00</b>

Директор



Полковникова 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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
15	<b>Перец болгарский в нарезке б/пл</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>2-54</b>
190	<b>Жаркое по-домашнему б/пл пф</b>	Калорийность-302, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-16	<b>77-47</b>
200	<b>Чай с сахаром б/пл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-37</b>
64	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-150, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-31	<b>3-62</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>85-00</b>

Директор




Исхриева Л.В.

Шеф-повар



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	<b>Икра свекольная овз п/ф</b>	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-56
250	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-17	22-02
190	<b>Жаркое по-домашнему овз п/ф</b>	Калорийность-302, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-16	77-49
200	<b>Компот из клюквы овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	9-55
62,5	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-148, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-31	3-55
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-814, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-94	<b>128-57</b>
<u>Полдник</u>			
25	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-98
200	<b>Чай с сахаром овз</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-70
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-266, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-38	<b>47-43</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 080, Белки-44, Жиры-40, Углеводы-132	<b>176-00</b>

Директор

Потеряева Е.В.



Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

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)
<u>Обед</u>			
60	<b>Икра свекольная овз п/ф</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-14
200	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-62
175	<b>Жаркое по-домашнему овз п/ф</b>	Калорийность-278, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-15	71-38
200	<b>Компот из клюквы овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	9-55
77	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-180, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-38	4-38
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-684, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-81	<b>111-07</b>
<u>Полдник</u>			
25	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-98
200	<b>Чай с сахаром овз</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-70
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-266, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-38	<b>47-43</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-950, Белки-40, Жиры-34, Углеводы-119	<b>158-50</b>

Директор



Тоболкина Л.В.



Шеф-повар



Шаланова Е.Е.

Калькулятор



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

250 Мандарин н/шк Калорийность-88, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-19 46-25

200 Сок с трубочкой н/шк 28-70

**Итого за Дополнительно** Калорийность-88, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-19 74-95

**Итого за день** Калорийность-88, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-19 74-95

Директор

Потеряева Л.В.



Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.