

## 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>Завтрак ( 1 смена )</b>			
15	<b>Помидор в нарезке н/шк</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	2-36
120/60	<b>Картофельная запеканка с говядиной н/шк п/ф</b>	Калорийность-321, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-15	59-32
200	<b>Напиток из шиповника н/шк</b>	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-74
28	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-58
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Обед ( 2 смена )</b>			
10	<b>Горошек зеленый н/шк</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	2-51
200	<b>Суп гороховый на курином бульоне н/шк п/ф</b>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-61
70	<b>Котлета рыбная (кета) н/шк 2</b>	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-48
140	<b>Рис отварной н/шк</b>	Калорийность-190, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-34	10-88
180	<b>Компот из клубники н/шк</b>	Калорийность-26, Углеводы-7	4-94
28	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-58
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>
		Калорийность-989, Белки-47, Жиры-34, Углеводы-123	

Директор




Котомчина Т.А.

Калькулятор



Котомчина Т.А.

Калькулятор



Бованова Н.В.

# Категория "Многдетные 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>			
20	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	3-16
150/75	Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	74-17
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-74
27	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-53
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов б/пл п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	13-74
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	14-52
70	Котлета рыбная (кета) б/пл 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-47
150	Рис отварной б/пл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-69
27	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-53
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>176-00</b>
Калорийность-1 291, Белки-60, Жиры-47, Углеводы-156			

Директор



Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

# Категория "Многдетные 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	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	2-37
150/75	Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	74-16
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-74
30,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	1-73
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
70	Салат из свежих помидоров и огурцов б/пл п/ф	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-62
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	14-52
70	Котлета рыбная (кета) б/пл 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-47
150	Рис отварной б/пл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-69
47	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23	2-65
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>170-00</b>

Директор



Исх. №

Исх. №

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 свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	11-46
250	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-18
190/95	Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф	Калорийность-558, Белки-39, Жиры-39, Углеводы-28	92-85
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-56
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-26
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-989, Белки-54, Жиры-51, Углеводы-94	<b>130-51</b>
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	27-55
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>45-49</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 333, Белки-58, Жиры-51, Углеводы-176	<b>176-00</b>

Директор




Ильина Л.В.

Исц-вова



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	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	6-87
200	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-14
170/85	Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф	Калорийность-500, Белки-35, Жиры-35, Углеводы-25	83-08
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-56
33	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	1-86
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-777, Белки-46, Жиры-43, Углеводы-66	<b>109-51</b>
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	27-55
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>45-49</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1121, Белки-50, Жиры-43, Углеводы-148	<b>155-00</b>

Директор 



Учительская З.В.  ар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

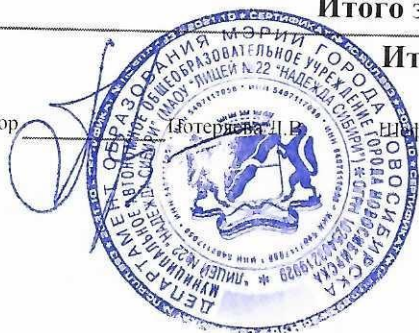


Брованова Н.В.

# 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)
<b>Обед</b>			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	6-87
200	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-14
170/85	Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф	Калорийность-500, Белки-35, Жиры-35, Углеводы-25	83-08
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-56
38	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-16
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-868, Белки-49, Жиры-44, Углеводы-85	<b>113-01</b>
<b>Полдник</b>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	27-55
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>45-49</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 212, Белки-53, Жиры-44, Углеводы-167	<b>158-50</b>

Директор



Категория И.В.

Шеф-повар

*[Handwritten signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Handwritten 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

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

**Итого за Дополнительно**

30-00

**Итого за день**

30-00

Директор



Чайкина Л.В.

Повар

*[Handwritten signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Handwritten signature]*

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)
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
15	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	2-37
120/60	Картофельная запеканка с говядиной н/шк п/ф	Калорийность-321, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-15	59-33
200	Напиток из шиповника н/шк	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-74
27,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-56
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Обед ( 2 смена )</b>			
10	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-4, Углеводы-1	2-51
200	Суп гороховый на курином бульоне н/шк п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-61
70	Котлета рыбная (кета) н/шк 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-47
140	Рис отварной н/шк	Калорийность-190, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-34	10-87
180	Компот из клубники н/шк	Калорийность-26, Углеводы-7	4-91
29	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-63
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>
		Калорийность-991, Белки-47, Жиры-34, Углеводы-123	

Директор



Горюхова Л.В.

Шеф-повар

*Елена*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В.*

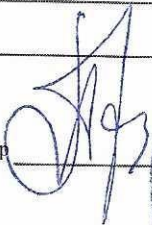
Брованова Н.В.



# Категория "Многодетные от 11лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
20	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	3-16
150/75	Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	74-16
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-74
27	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-54
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-592, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-59	<b>88-00</b>
<b>Обед ( 2 смена )</b>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов б/пл п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	13-78
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	14-53
70	Котлета рыбная (кета) б/пл 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-48
150	Рис отварной б/пл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-30
47	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23	2-66
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-60
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-727, Белки-30, Жиры-21, Углеводы-103	<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 319, Белки-61, Жиры-47, Углеводы-162	<b>176-00</b>

Директор





Шаланова Е.Е.

Калькулятор

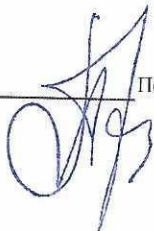


Брованова Н.В.

# Категория "Многодетные 7-11лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
20	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	3-13
150/75	Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	74-16
180	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-07
28,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-64
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-532, Белки-29, Жиры-26, Углеводы-47	<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-532, Белки-29, Жиры-26, Углеводы-47	<b>85-00</b>

Директор



Потерьева Л.В.



Циф. повар



Шаланова Е.Е.

Калькулятор

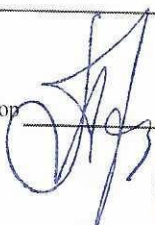


Брованова Н.В.

# 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)
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф</b>	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	11-22
250	<b>Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	14-65
190/95	<b>Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф</b>	Калорийность-558, Белки-39, Жиры-39, Углеводы-28	93-85
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	6-84
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-68
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-945, Белки-52, Жиры-50, Углеводы-85	<b>130-64</b>
<b>Полдник</b>			
220	<b>Банан овз</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	27-50
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-86
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>45-36</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 289, Белки-56, Жиры-50, Углеводы-167	<b>176-00</b>

Директор




Бухгалтер

Шеф-повар



Шаланова Е.Е.

Калькулятор

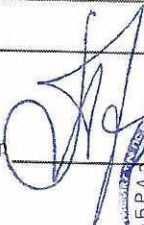


Брованова Н.В.

# 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)
<b>Обед</b>			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	6-73
200	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-72
170/85	Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф	Калорийность-500, Белки-35, Жиры-35, Углеводы-25	83-97
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	6-84
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-28
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-60
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-834, Белки-47, Жиры-43, Углеводы-78	<b>113-14</b>
<b>Полдник</b>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	27-50
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-86
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>45-36</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 178, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-160	<b>158-50</b>

Директор




Исх. № 22/2022

Исх. № 22/2022



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

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

**Итого за Дополнительно**

**30-00**

**Итого за день**

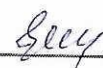
**30-00**

Директор



Потеряева Л.В.

Щед-повар



Шаланова Е.Е.

Калькулятор



Брованова Н.В.

