

# 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>			
25	<b>Огурец в нарезке н/шк</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	<b>3-10</b>
55/27,5	<b>Гуляш из говядины н/ф н/шк 2</b>	Калорийность-130, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-4	<b>51-04</b>
140	<b>Каша перловая рассыпчатая н/шк</b>	Калорийность-233, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-38	<b>11-66</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром н/шк</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>2-50</b>
30	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-70</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-464, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-65	<b>70-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
10	<b>Кукуруза сахарная н/шк</b>	Калорийность-5, Углеводы-1	<b>3-32</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>Тефтели (2-вариант) н/шк н/ф</b>	Калорийность-248, Белки-9, Жиры-19, Углеводы-10	<b>28-20</b>
150	<b>Рис отварной н/шк</b>	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	<b>11-65</b>
200	<b>Компот из брусники н/шк</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	<b>7-81</b>
27	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-50</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-679, Белки-20, Жиры-30, Углеводы-82	<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 143, Белки-39, Жиры-45, Углеводы-147	<b>140-00</b>

Директор



Полеряева Н.В.



Шеф-повар



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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
25	<b>Огурец в нарезке б/пл</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	<b>3-10</b>
70/35	<b>Гуляш из говядины п/ф б/пл</b>	Калорийность-123, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-4	<b>64-53</b>
180	<b>Каша перловая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-299, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-49	<b>14-87</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром б/пл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>2-49</b>
25	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>1-41</b>
20	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>1-60</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-552, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-81	<b>88-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
100	<b>Икра свекольная б/пл п/ф</b>	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	<b>13-47</b>
250	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне б/пл п/ф</b>	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	<b>22-05</b>
75	<b>Тефтели (2-вариант) б/пл п/ф</b>	Калорийность-248, Белки-9, Жиры-19, Углеводы-10	<b>28-20</b>
180	<b>Рис отварной б/пл</b>	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	<b>13-98</b>
200	<b>Компот из брусники б/пл</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	<b>7-81</b>
44	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	<b>2-49</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-880, Белки-20, Жиры-38, Углеводы-112	<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 432, Белки-40, Жиры-53, Углеводы-193	<b>176-00</b>

Директор



Держарева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

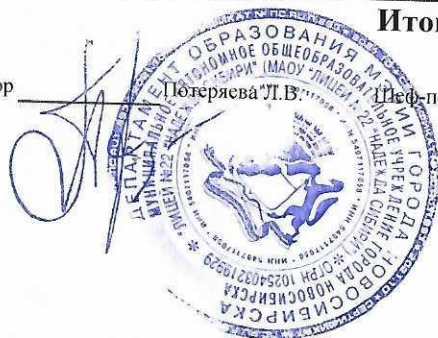
Брованова Н.В.



# 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)
<u>Обед</u>			
100	<b>Икра свекольная овз п/ф</b>	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-53
250	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-17	22-05
70/35	<b>Гуляш из говядины овз п/ф 2</b>		64-58
200	<b>Рис отварной овз</b>	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	14-85
200	<b>Компот из брусники овз</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	7-87
64	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-150, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-31	3-63
50	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-829, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-136	<b>130-51</b>
<u>Полдник</u>			
220	<b>Банан овз</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	27-55
200	<b>Сок персиковый овз</b>	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-1 173, Белки-25, Жиры-22, Углеводы-218	<b>176-00</b>

Директор



Петеряева Л.В.

Шеф-повар

*[Handwritten signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Handwritten signature]*

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)
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Икра свекольная овз п/ф</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	<b>8-11</b>
200	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	<b>17-64</b>
65/32,5	<b>Гуляш из говядины овз п/ф 2</b>		<b>60-28</b>
150	<b>Рис отварной овз</b>	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	<b>11-14</b>
200	<b>Компот из брусники овз</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	<b>7-87</b>
37	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	<b>2-07</b>
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-40</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-580, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-95	<b>109-51</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
220	<b>Банан овз</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	<b>27-55</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>17-94</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>45-49</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-924, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-177	<b>155-00</b>

Директор




Потрясаева Л.В.

Шеф-повар



Котомчина Т.А.

Калькулятор

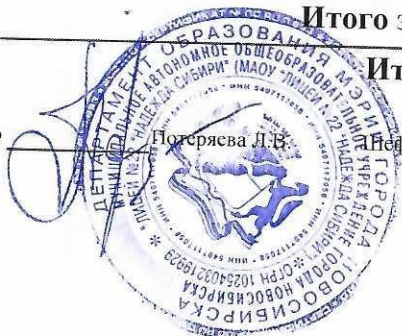


Брованова Н.В.

# 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)
<b>Обед</b>			
60	<b>Икра свекольная овз п/ф</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	<b>8-11</b>
200	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	<b>17-64</b>
65/32,5	<b>Гуляш из говядины овз п/ф 2</b>		<b>60-28</b>
150	<b>Рис отварной овз</b>	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	<b>11-14</b>
200	<b>Компот из брусники овз</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	<b>7-87</b>
56	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-131, Белки-4, Углеводы-28	<b>3-17</b>
60	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	<b>4-80</b>
<b>Итого за Обед</b>			<b>113-01</b>
<b>Калорийность-684, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-117</b>			
<b>Полдник</b>			
220	<b>Банан овз</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	<b>27-55</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>17-94</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>45-49</b>
<b>Итого за день</b>			<b>158-50</b>
<b>Калорийность-1 028, Белки-22, Жиры-16, Углеводы-199</b>			

Директор



Погерява Д.В.

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)
<b><u>Дополнительно</u></b>			
250	<b>Мандарин н/шк</b>	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-19	<b>46-25</b>
200	<b>Сок с трубочкой н/шк</b>		<b>28-70</b>
<b>Итого за Дополнительно</b>		Калорийность-88, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-19	<b>74-95</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-88, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-19	<b>74-95</b>

Директор



Петряева Л.В.

Цех-повар

*[Handwritten signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Handwritten signature]*

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><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
25	<b>Огурец в нарезке б/пл</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	<b>3-12</b>
70/35	<b>Гуляш из говядины п/ф б/пл</b>	Калорийность-123, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-4	<b>64-53</b>
140	<b>Каша перловая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-233, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-38	<b>11-66</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром б/пл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>2-50</b>
28	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	<b>1-59</b>
20	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>1-60</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-493, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-72	<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-493, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-72	<b>85-00</b>

Директор



Потеряева Т.В.

Цех-повар

*Ш*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*НВ*

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>Икра свекольная овз п/ф</b>	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-57
250	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-17	22-02
75/37,5	<b>Гуляш из говядины овз п/ф 2</b>		69-52
170	<b>Рис отварной овз</b>	Калорийность-231, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-41	13-15
200	<b>Компот из брусники овз</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	7-84
36	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-06
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-683, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-107	<b>130-56</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	17-94
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>45-44</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 027, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-189	<b>176-00</b>

Директор




Потеряева Л.В.

Реф. товар



Шаланова Е.Е.

Калькулятор

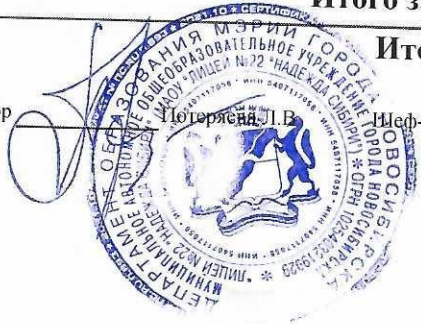


Брованова Н.В.

# 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)
<b>Обед</b>			
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
65/32,5	<b>Гуляш из говядины овз п/ф 2</b>		60-29
180	<b>Рис отварной овз</b>	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	13-93
200	<b>Компот из брусники овз</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	7-84
37	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-12
40	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-640, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-107	<b>113-14</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-984, Белки-20, Жиры-17, Углеводы-189	<b>158-50</b>

Директор



Шеф-повар

*Влез*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*ВЗ*

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 Г.В.

Шеф-повар



Шаланова Е.Е.

Калькулятор



Брованова Н.В.