

Категория "1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<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	39-37
150	Картофельное пюре н/шк	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-01
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-44
45	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-56
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-39
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой н/шк н/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-73
100	Курица тушеная с морковью н/шк н/ф	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	30-00
150	Макаронны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	8-15
200	Компот из кураги н/шк	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-60
20	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-13
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00



Директор

Постригаева Л.В.

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
-----------	--------------------	---	-------------------

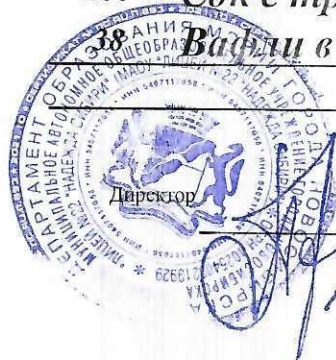
Дополнительно

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

	Вафли в ассортименте н/шк		16-00
--	---------------------------	--	-------

	Итого за Дополнительно		44-70
--	-------------------------------	--	--------------

	Итого за день		44-70
--	----------------------	--	--------------



Директор

Потеряева Д.В.

Шеф-повар

(Signature)

Котомчина Т.А.

Калькулятор

(Signature)

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
Завтрак (1 смена)			
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	39-37
200	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	26-00
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-18
46	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	2-63
40	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-844, Белки-40, Жиры-38, Углеводы-85	88-00
Обед (2 смена)			
100	Винегрет с растительным маслом б/пл п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	15-14
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-80
100	Курица тушеная с морковью б/пл п/ф	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	30-25
200	Макароньы отварные б/пл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	11-47
200	Компот из кураги б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-60
38	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-14
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-60
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-853, Белки-34, Жиры-31, Углеводы-110	88-00
Итого за день		Калорийность-1 697, Белки-74, Жиры-69, Углеводы-195	176-00



Директор

Дотеряева Л.В.

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Handwritten signature]

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
-----------	--------------------	--	----------------------

Завтрак (1 смена)

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	39-37
200	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	26-00
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-18
37	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-12
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-800, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-76	85-00

Обед (2 смена)

100	Винегрет с растительным маслом б/пл п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	15-14
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-80
100	Курица тушеная с морковью б/пл п/ф	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	30-25
150	Макаронны отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	8-60
200	Компот из кураги б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-60
35,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-01
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-60
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-783, Белки-32, Жиры-29, Углеводы-98	85-00

Итого за день Калорийность-1 583, Белки-70, Жиры-66, Углеводы-174 **170-00**



Директор

Петрова 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
<u>Обед</u>			
100	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	15-08
250/25	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-195, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	26-00
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	25-13
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-60
47	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23	2-65
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-1 071, Белки-48, Жиры-53, Углеводы-99	117-23
<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	17-45
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-70
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-24
Итого за Полдник		Калорийность-395, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-52	58-77
Итого за день		Калорийность-1 466, Белки-62, Жиры-67, Углеводы-151	176-00

Директор  Потеряев И.В.
 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
Обед			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	9-04
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-80
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	18-85
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-60
31	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	1-74
Итого за Обед		Калорийность-844, Белки-41, Жиры-45, Углеводы-67	96-40
Полдник			
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	17-45
27	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-53
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-24
Итого за Полдник		Калорийность-388, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-50	58-60
Итого за день		Калорийность-1 232, Белки-55, Жиры-59, Углеводы-117	155-00



Директор

Исчеряева 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
<u>Обед</u>			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	9-04
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-80
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	18-85
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-60
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-27
35	Хлеб бородинский овз	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	2-80
Итого за Обед		Калорийность-934, Белки-44, Жиры-45, Углеводы-86	99-73
<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	17-45
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-70
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-24
Итого за Полдник		Калорийность-395, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-52	58-77
Итого за день		Калорийность-1 329, Белки-58, Жиры-59, Углеводы-138	158-50

Директор

Потеряева 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
<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	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-37
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-39
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	20-41
90	Курица тушеная с морковью н/шк н/ф	Калорийность-114, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-4	27-16
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-10
200	Компот из кураги н/шк	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-89
30	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-70
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-611, Белки-28, Жиры-19, Углеводы-81	70-00
Итого за день		Калорийность-1 225, Белки-62, Жиры-50, Углеводы-129	140-00

Директор



Потеряева 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
<i>Дополнительно</i>			
200	Сок с трубочкой н/шк		28-70
38	Вафли в ассортименте н/шк		16-00
Итого за Дополнительно			44-70
Итого за день			44-70

Директор

Бегеряева Л.В.

Шеф-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
<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	39-37
200	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	25-84
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-18
49	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-115, Белки-4, Углеводы-24	2-79
40	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Винегрет с растительным маслом б/пл п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-90
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-50
100	Курица тушеная с морковью б/пл п/ф	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	30-38
180	Макароны отварные б/пл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	10-93
200	Компот из кураги б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	6-60
40	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-29
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00

Директор

Потеряева Л.В.

Информовар

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
Завтрак (1 смена)			
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	39-37
180	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	23-35
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-18
54	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-127, Белки-4, Углеводы-27	3-08
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-824, Белки-40, Жиры-36, Углеводы-83	85-00
Итого за день		Калорийность-824, Белки-40, Жиры-36, Углеводы-83	85-00


Директор 



Потеряева И.В.

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
Обед			
100	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-99
250/25	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-195, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	26-00
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	25-13
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-20
37,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-13
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-1 050, Белки-47, Жиры-53, Углеводы-95	117-22
Полдник			
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	17-45
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	58-78
Итого за день		Калорийность-1 445, Белки-61, Жиры-67, Углеводы-147	176-00

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

[Signature]

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

[Signature]

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
<u>Обед</u>			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-99
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-80
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	18-85
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-20
37	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-11
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-917, Белки-44, Жиры-45, Углеводы-82	99-72
<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	17-45
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	58-78
Итого за день		Калорийность-1 312, Белки-58, Жиры-59, Углеводы-134	158-50



Директор _____ Игнатьев С.В.
 Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е.
 Калькулятор _____ Брованова Н.В.