

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>			
100	Филе цыплят бройлеров запечённое (нач.шк)	Калорийность-195, Белки-9, Жиры-29	46-71
150	Рис с овощами н/шк п/ф	Калорийность-168, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-26	14-80
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-50
60	Булочка с маком н/шк	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-32	3-07
51	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-120, Белки-4, Углеводы-25	2-92
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
200/10	Суп картофельный с крупой и сайрой н/шк п/ф 3	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	16-12
70	Шницель из курицы н/шк 2	Калорийность-118, Белки-13, Жиры-3, Углеводы-9	22-12
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	13-57
180	Сок персиковый н/шк	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-14
36	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-05
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
Калорийность-1 389, Белки-53, Жиры-55, Углеводы-195			

Директор



Итожерова И.И.

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
120	Филе цыплят бройлеров запечённое б/пл	Калорийность-234, Белки-10, Жиры-35	57-38
200	Рис с овощами б/пл п/ф	Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	19-73
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-50
60	Булочка с маком б/пл	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-32	3-07
51	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-120, Белки-4, Углеводы-25	2-92
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	6-39
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-42
70	Шницель из курицы б/пл 2	Калорийность-118, Белки-13, Жиры-3, Углеводы-9	22-29
200	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	18-10
200	Сок персиковый б/пл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
50	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	2-86
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00
Калорийность-1 704, Белки-63, Жиры-68, Углеводы-238			

Директор



Администратор

Повар

Котомчина Т.А.

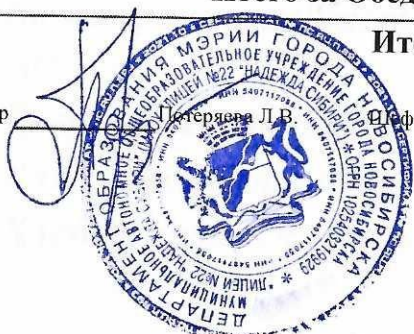
Калькулятор

Брованова Н.В.

Категория "Многодетные 7-11 лет 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>			
120	Филе цыплят бройлеров запечённое б/пл	Калорийность-234, Белки-10, Жиры-35	57-38
170	Рис с овощами б/пл п/ф	Калорийность-190, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29	16-73
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-50
60	Булочка с маком б/пл	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-32	3-07
51	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-120, Белки-4, Углеводы-25	2-92
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)			85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	6-39
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-42
70	Шницель из курицы б/пл 2	Калорийность-118, Белки-13, Жиры-3, Углеводы-9	22-29
170	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	15-38
200	Сок персиковый б/пл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
45	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-58
Итого за Обед (2 смена)			85-00
Итого за день			170-00
			Калорийность-1 611, Белки-60, Жиры-65, Углеводы-222

Директор



Учитель 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)
<u>Обед</u>			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-96
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-50
100	Филе цыплят бройлеров запечённое овз	Калорийность-195, Белки-9, Жиры-29	47-82
150	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	14-11
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	13-39
42	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	2-38
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-844, Белки-30, Жиры-49, Углеводы-93	109-56
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	27-50
200	Сок виноградный овз	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-346, Белки-4, Углеводы-82	45-44
Итого за день		Калорийность-1 190, Белки-34, Жиры-49, Углеводы-175	155-00

Директор



Потеряева И.В.

повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

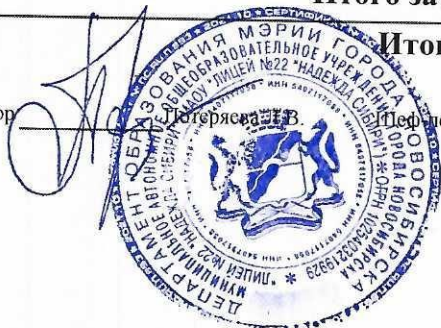
[Handwritten signature]

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)
Обед			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-96
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-50
100	Филе цыплят бройлеров запечённое овз	Калорийность-195, Белки-9, Жиры-29	47-82
200	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	18-82
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	13-39
63	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-148, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-31	3-57
Итого за Обед			113-06
Полдник			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	27-50
200	Сок виноградный овз	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник			45-44
Итого за день			158-50

Директор



Котомчина Т.А.

Пеф.повар

Котомчина Т.А.

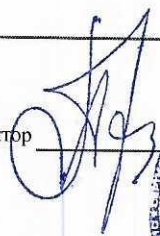
Калькулятор

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)
Завтрак (1 смена)			
100	Филе цыплят бройлеров запечённое (нач.шк)	Калорийность-195, Белки-9, Жиры-29	47-81
150	Рис с овощами н/шк п/ф	Калорийность-168, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-26	14-80
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-50
60	Булочка с маком н/шк	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-32	3-07
32	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	1-82
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
Обед (2 смена)			
200/10	Суп картофельный с крупой и сайрой н/шк п/ф 3	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	16-12
70	Шницель из курицы н/шк 2	Калорийность-118, Белки-13, Жиры-3, Углеводы-9	21-60
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	13-57
180	Сок персиковый н/шк	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-14
45	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-57
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
Калорийность-1 365, Белки-51, Жиры-55, Углеводы-190			

Директор



Посетитель Л.В.



Исполнитель



Шаланова Е.Е.

Калькулятор



Бронова 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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
120	Филе цыплят бройлеров запечённое б/пл	Калорийность-234, Белки-10, Жиры-35	57-38
200	Рис с овощами б/пл п/ф	Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	19-73
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-50
60	Булочка с маком б/пл	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-32	3-07
52	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-122, Белки-4, Углеводы-26	2-92
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	6-39
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-42
70	Шницель из курицы б/пл 2	Калорийность-118, Белки-13, Жиры-3, Углеводы-9	22-29
200	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	18-10
200	Сок персиковый б/пл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
50	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	2-86
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00

Директор



Шеф-повар

[Handwritten signature]

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

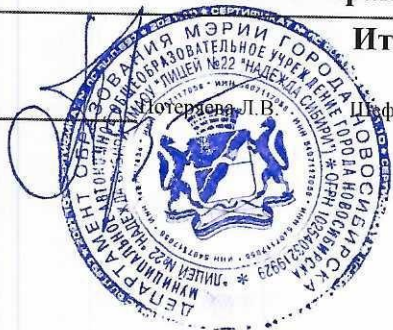
[Handwritten signature]

Брованова Н.В.

Категория "Многодетные 7-11лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (1 смена)			
120	Филе цыплят бройлеров запечённое б/пл	Калорийность-234, Белки-10, Жиры-35	57-38
200	Рис с овощами б/пл п/ф	Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	19-73
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-50
53	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-124, Белки-4, Углеводы-26	2-99
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)			85-00
Итого за день			85-00

Директор



Потеряла Л.В.

Шеф-повар

Handwritten signature

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Handwritten signature

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	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-94
250/25	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-195, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	25-63
120	Филе цыплят бройлеров запечённое овз	Калорийность-234, Белки-10, Жиры-35	57-39
170	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	15-57
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	10-50
59	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-138, Белки-4, Углеводы-29	3-34
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Обед		Калорийность-1 058, Белки-36, Жиры-63, Углеводы-116	130-57
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	27-50
200	Сок виноградный овз	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	17-93
Итого за Полдник		Калорийность-346, Белки-4, Углеводы-82	45-43
Итого за день		Калорийность-1 404, Белки-40, Жиры-63, Углеводы-198	176-00

Директор



Готерьян

-повар

Шаланова Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

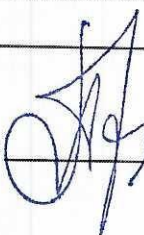
Брованова Н.В.

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)
Обед			
60	Винегрёт с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-96
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-50
120	Филе цыплят бройлеров запечённое овз	Калорийность-234, Белки-10, Жиры-35	57-39
150	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	13-73
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	10-50
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	1-99
Итого за Обед		Калорийность-808, Белки-29, Жиры-55, Углеводы-77	113-07
Полдник			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	27-50
200	Сок виноградный овз	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	17-93
Итого за Полдник		Калорийность-346, Белки-4, Углеводы-82	45-43
Итого за день		Калорийность-1 154, Белки-33, Жиры-55, Углеводы-159	158-50

Директор



Победитель Л.В.



Шеф-повар



Шаланова Е.Е.

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	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	4-74
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
41	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-36
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-568, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-54	88-00
Итого за день		Калорийность-568, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-54	88-00

Директор



Помощник директора

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Handwritten signature]

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)
Обед			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	13-68
250	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	14-71
190/95	Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф	Калорийность-558, Белки-39, Жиры-39, Углеводы-28	93-88
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-47
50	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	2-82
Итого за Обед		Калорийность-933, Белки-52, Жиры-50, Углеводы-83	130-56
Полдник			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	27-50
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	45-44
Итого за день		Калорийность-1 277, Белки-56, Жиры-50, Углеводы-165	176-00

Директор



Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Handwritten signature]

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	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	4-74
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
41	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-36
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
Итого за день			88-00

Директор



Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Брованова Н.В.