

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>			
25	Перец болгарский в нарезке н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	7-34
130	Голень цыплят бройлеров запечённая н/шк	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-40
150	Картофельное пюре н/шк п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
45	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-54
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-619, Белки-33, Жиры-31, Углеводы-49	70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
25	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-5, Углеводы-1	5-08
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой н/шк п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-40
90	Курица тушеная с морковью н/шк п/ф	Калорийность-114, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-4	26-43
150	Макаронны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из кураги н/шк	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-09
33	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	1-88
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-617, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-82	70-00
Итого за день		Калорийность-1 236, Белки-62, Жиры-50, Углеводы-131	140-00

Директор

Потеряева Л.В.

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-1	8-81
130	Голень цыплят бройлеров запечённая б/пл	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-40
200	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	25-85
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-13
42	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	2-41
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>			
100	Винегрет с растительным маслом б/пл п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-71
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-40
100	Курица тушеная с морковью б/пл п/ф	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	29-37
200	Макаронны отварные б/пл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-16
200	Компот из кураги б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-09
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	1-87
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
Калорийность-1 670, Белки-73, Жиры-68, Углеводы-189			

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

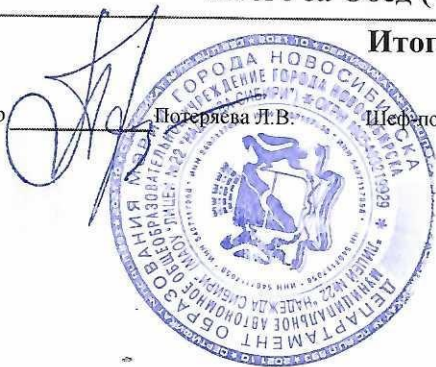
Калькулятор

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-1	8-81
130	Голень цыплят бройлеров запечённая б/пл	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-40
180	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	23-27
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-13
35	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	1-99
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>			
100	Винегрет с растительным маслом б/пл п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-71
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-40
100	Курица тушеная с морковью б/пл п/ф	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	29-37
150	Макароньы отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из кураги б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-09
34	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	1-91
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед (2 смена)			85-00
Итого за день			170-00
Калорийность-1 573, Белки-71, Жиры-65, Углеводы-173			

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

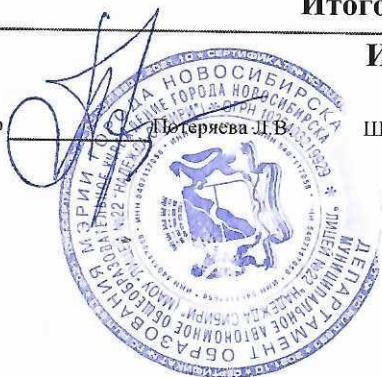
[Handwritten signature]

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	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-71
250/25	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-195, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	25-50
130	Голень цыплят бройлеров запечённая овз	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-40
200	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	25-85
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-09
49	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-115, Белки-4, Углеводы-24	2-78
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-1 076, Белки-48, Жиры-53, Углеводы-100	117-73
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	17-40
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	1-99
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	16-50
Итого за Полдник		Калорийность-407, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-54	58-27
Итого за день		Калорийность-1 483, Белки-63, Жиры-67, Углеводы-154	176-00

Директор



Потеряева Л.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)
Обед			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-82
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-40
130	Голень цыплят бройлеров запечённая овз	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-40
150	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-09
29	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-63
Итого за Обед		Калорийность-839, Белки-41, Жиры-45, Углеводы-66	96-73
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	17-40
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	1-99
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	16-50
Итого за Полдник		Калорийность-407, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-54	58-27
Итого за день		Калорийность-1 246, Белки-56, Жиры-59, Углеводы-120	155-00

Директор



Петеряева Д.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

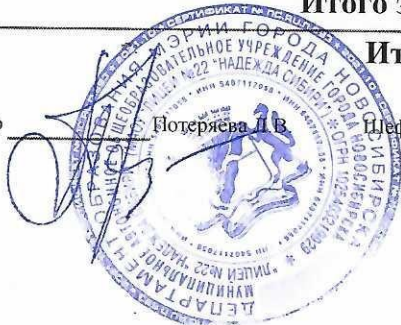
Калькулятор

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)
Обед			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-82
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-40
130	Голень цыплят бройлеров запечённая овз	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-40
150	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-09
41	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-33
35	Хлеб бородинский овз	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	2-80
Итого за Обед		Калорийность-936, Белки-44, Жиры-45, Углеводы-86	100-23
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	17-40
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	1-99
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	16-50
Итого за Полдник		Калорийность-407, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-54	58-27
Итого за день		Калорийность-1 343, Белки-59, Жиры-59, Углеводы-140	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 (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
25	Перец болгарский в нарезке н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	7-34
130	Голень цыплят бройлеров запечённая н/шк	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-40
150	Картофельное пюре н/шк п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
45	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-54
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-619, Белки-33, Жиры-31, Углеводы-49	70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
25	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-5, Углеводы-1	5-08
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой н/шк п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-40
90	Курица тушеная с морковью н/шк п/ф	Калорийность-114, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-4	26-43
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из кураги н/шк	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-09
33	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	1-88
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-617, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-82	70-00
Итого за день		Калорийность-1 236, Белки-62, Жиры-50, Углеводы-131	140-00

Директор



Потогоряева Л.В.

Шеф-повар

[Signature]

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

[Signature]

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-1	8-81
130	Голень цыплят бройлеров запечённая б/пл	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-40
200	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	25-85
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-13
42	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	2-41
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-810, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-78	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Винегрет с растительным маслом б/пл п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-71
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-40
100	Курица тушеная с морковью б/пл п/ф	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	29-37
200	Макароны отварные б/пл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-16
200	Компот из кураги б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-09
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	1-87
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-860, Белки-35, Жиры-31, Углеводы-111	88-00
Итого за день		Калорийность-1 670, Белки-73, Жиры-68, Углеводы-189	176-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

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)
Завтрак (1 смена)			
30	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-1	8-81
130	Голень цыплят бройлеров запечённая б/пл	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-40
180	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	23-27
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-13
35	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	1-99
30	Хлеб беродинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-775, Белки-38, Жиры-36, Углеводы-72	85-00
Итого за день		Калорийность-775, Белки-38, Жиры-36, Углеводы-72	85-00

Директор



Полтерьева Д.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	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-71
250/25	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-195, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	25-50
130	Голень цыплят бройлеров запечённая овз	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-40
200	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	25-85
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-09
49	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-115, Белки-4, Углеводы-24	2-78
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-1 076, Белки-48, Жиры-53, Углеводы-100	117-73
<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	17-40
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	1-99
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	16-50
Итого за Полдник		Калорийность-407, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-54	58-27
Итого за день		Калорийность-1 483, Белки-63, Жиры-67, Углеводы-154	176-00

Директор




Потеряева Л.В.

Шеф-повар



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)
<u>Обед</u>			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-82
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-40
130	Голень цыплят бройлеров запечённая овз	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	39-40
150	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-09
48	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-24	2-73
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-943, Белки-45, Жиры-45, Углеводы-88	100-23
<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	17-40
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	1-99
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	16-50
Итого за Полдник		Калорийность-407, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-54	58-27
Итого за день		Калорийность-1 350, Белки-60, Жиры-59, Углеводы-142	158-50

Директор



Потеряева Л.В.

Цифровар

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

Брованова Н.В.