

## 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>			
35	<b>Сыр твердых сортов в нарезке н/шк</b>	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
150/75	<b>Плов со свиной н/шк н/ф</b>	Калорийность-421, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-39	44-03
200	<b>Чай с сахаром н/шк</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
40	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-26
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Горошек зеленый н/шк</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне н/шк н/ф</b>	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	15-98
75	<b>Биточки (особые) н/ф н/шк</b>	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-38
160	<b>Макароны отварные н/шк</b>	Калорийность-210, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-35	9-72
200	<b>Компот из клубники н/шк</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
59	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-138, Белки-4, Углеводы-29	3-38
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>
Калорийность-1 432, Белки-53, Жиры-52, Углеводы-169			

Директор

Потеряева И.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>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200/100	<b>Плов со свиной б/пл п/ф</b>	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-70
200	<b>Чай с сахаром б/пл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
42	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	2-39
<b>Итого за Завтрак (1 смена)</b>			<b>88-00</b>
<b><u>Обед (2 смена)</u></b>			
100	<b>Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф</b>	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-63
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф</b>	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-97
75	<b>Биточки (особые) п/ф б/пл</b>	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-38
200	<b>Макаронные отварные б/пл</b>	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-16
200	<b>Компот из клубники б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
58	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-136, Белки-4, Углеводы-29	3-29
60	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	4-80
<b>Итого за Обед (2 смена)</b>			<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>176-00</b>

Директор



Побережная 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)
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из моркови с яблоками овз п/ф</b>	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-63
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-97
210/105	<b>Плов со свиной овз п/ф</b>	Калорийность-589, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-54	61-64
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
45	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-58
35	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	2-80
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-1 054, Белки-39, Жиры-46, Углеводы-117	<b>102-39</b>
<b>Полдник</b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
40	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-28
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-449, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-59	<b>73-61</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 503, Белки-56, Жиры-61, Углеводы-176	<b>176-00</b>

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)
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из моркови с яблоками овз п/ф</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-37
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	15-98
190/95	<b>Плов со свиной овз п/ф</b>	Калорийность-533, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-49	55-77
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
47	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23	2-67
35	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	2-80
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-925, Белки-37, Жиры-39, Углеводы-107	<b>88-36</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-389, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-54	<b>66-64</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 314, Белки-51, Жиры-51, Углеводы-161	<b>155-00</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

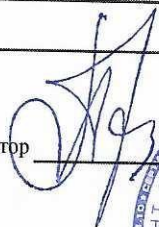
Брованова Н.В.



## 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>Салат из моркови с яблоками овз п/ф</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	<b>6-37</b>
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	<b>15-98</b>
200/100	<b>Плов со свиной овз п/ф</b>	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	<b>58-70</b>
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-77</b>
43	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	<b>2-44</b>
45	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	<b>3-60</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-964, Белки-38, Жиры-41, Углеводы-111	<b>91-86</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	<b>19-18</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	<b>17-40</b>
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-71</b>
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	<b>28-35</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-389, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-54	<b>66-64</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 353, Белки-52, Жиры-53, Углеводы-165	<b>158-50</b>

Директор



Потеряева Л.В.



Шеф-повар



Котомчина Т.А.

Калькулятор

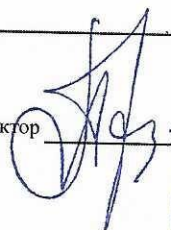


Брованова Н.В.

## Категория "1-4 классы" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
35	<b>Сыр твердых сортов в нарезке н/шк</b>	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
150/75	<b>Плов со свиной н/шк п/ф</b>	Калорийность-421, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-39	44-03
200	<b>Чай с сахаром н/шк</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
40	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-26
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-667, Белки-30, Жиры-31, Углеводы-65	<b>70-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Горошек зеленый н/шк</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне н/шк п/ф</b>	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	15-98
75	<b>Биточки (особые) п/ф н/шк</b>	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-38
160	<b>Макароны отварные н/шк</b>	Калорийность-210, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-35	9-72
200	<b>Компот из клубники н/шк</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
59	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-138, Белки-4, Углеводы-29	3-38
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-765, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-104	<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 432, Белки-53, Жиры-52, Углеводы-169	<b>140-00</b>

Директор



Потряева Л.В.



Шеф-повар



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)
<b><u>Завтрак (1 смена)</u></b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200/100	<b>Плов со свиной б/пл п/ф</b>	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-70
200	<b>Чай с сахаром б/пл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
42	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	2-39
<b>Итого за Завтрак (1 смена)</b>		Калорийность-829, Белки-38, Жиры-40, Углеводы-78	<b>88-00</b>
<b><u>Обед (2 смена)</u></b>			
100	<b>Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф</b>	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-63
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф</b>	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-97
75	<b>Биточки (особые) п/ф б/пл</b>	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-38
200	<b>Макароны отварные б/пл</b>	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-16
200	<b>Компот из клубники б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
58	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-136, Белки-4, Углеводы-29	3-29
60	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	4-80
<b>Итого за Обед (2 смена)</b>		Калорийность-1 080, Белки-30, Жиры-35, Углеводы-146	<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 909, Белки-68, Жиры-75, Углеводы-224	<b>176-00</b>

Директор



Иотеряева Д.В.

Шеф-повар

*[Handwritten signature]*

Шаланова Е.Е.

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>Завтрак (1 смена)</b>			
35	<b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
200/100	<b>Плов со свиной б/пл п/ф</b>	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-70
200	<b>Чай с сахаром б/пл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
45.5	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	2-59
<b>Итого за Завтрак (1 смена)</b>			<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>85-00</b>

Директор



Потеряева Л.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)
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из моркови с яблоками овз п/ф</b>	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-63
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-97
210/105	<b>Плов со свиной овз п/ф</b>	Калорийность-589, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-54	61-64
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
45	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-58
35	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	2-80
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-1 054, Белки-39, Жиры-46, Углеводы-117	102-39
<b>Полдник</b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
40	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-28
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-449, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-59	73-61
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 503, Белки-56, Жиры-61, Углеводы-176	176-00

Директор

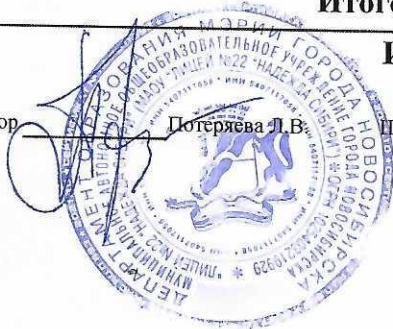
Потеряева Л.В.

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)
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из моркови с яблоками овз п/ф</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	<b>6-37</b>
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	<b>15-98</b>
200/100	<b>Плов со свиной овз п/ф</b>	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	<b>58-70</b>
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-77</b>
43	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	<b>2-44</b>
45	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	<b>3-60</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-964, Белки-38, Жиры-41, Углеводы-111	<b>91-86</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	<b>19-18</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	<b>17-40</b>
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-71</b>
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	<b>28-35</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-389, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-54	<b>66-64</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 353, Белки-52, Жиры-53, Углеводы-165	<b>158-50</b>

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.