

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> | | | |
| 15 | Сыр твердых сортов в нарезке н/шк | Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4 | 9-59 |
| 140 | Омлет натуральный н/шк | Калорийность-210, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-3 | 24-85 |
| 200 | Какао с молоком сгущенным н/шк | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 17-40 |
| 150 | Яблоко н/шк | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15 | 16-50 |
| 29 | Хлеб пшеничный н/шк | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14 | 1-66 |
| Итого за Завтрак (1 смена) | | | 70-00 |
| <u>Обед (2 смена)</u> | | | |
| 10 | Огурец в нарезке н/шк | Калорийность-1 | 1-58 |
| 200 | Суп картофельный с макаронными изделиями н/шк н/ф | Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18 | 13-71 |
| 75 | Шницель из курицы н/шк 2 | Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10 | 23-27 |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая н/шк | Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36 | 12-29 |
| 200 | Сок яблочный н/шк | Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20 | 17-94 |
| 21 | Хлеб пшеничный н/шк | Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10 | 1-21 |
| Итого за Обед (2 смена) | | | 70-00 |
| Итого за день | | | 140-00 |
| Калорийность-1 149, Белки-51, Жиры-37, Углеводы-148 | | | |

Директор

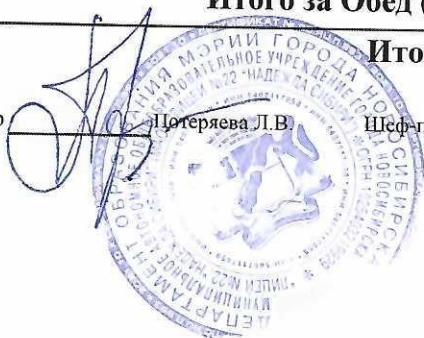
Потеряева Л.В.

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) |
|-------------------------------------|---|---|-------------------------|
| Завтрак (1 смена) | | | |
| 25 | Сыр твердых сортов в нарезке б/пл | Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7 | 15-99 |
| 200 | Омлет натуральный б/пл | Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4 | 35-51 |
| 200 | Какао с молоком сгущенным б/пл | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 17-40 |
| 150 | Яблоко б/пл | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15 | 16-50 |
| 46 | Хлеб пшеничный б/пл | Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23 | 2-60 |
| Итого за Завтрак (1 смена) | | | 88-00 |
| Обед (2 смена) | | | |
| 100 | Икра морковная б/пл п/ф | Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10 | 13-41 |
| 250 | Суп картофельный с макаронными изделиями б/пл п/ф | Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23 | 17-14 |
| 75 | Шницель из курицы б/пл 2 | Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10 | 23-27 |
| 170 | Каша гречневая рассыпчатая б/пл | Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41 | 13-93 |
| 200 | Сок яблочный б/пл | Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20 | 17-94 |
| 41 | Хлеб пшеничный б/пл | Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20 | 2-31 |
| Итого за Обед (2 смена) | | | 88-00 |
| Итого за день | | | 176-00 |
| | | Калорийность-1 536, Белки-65, Жиры-55, Углеводы-188 | |

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

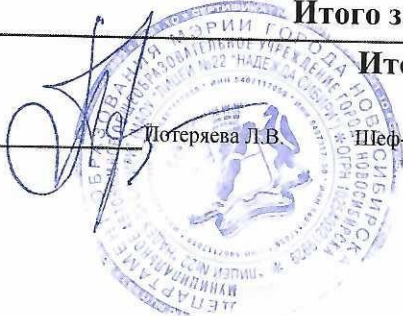
Брованова Н.В.



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) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| Обед | | | |
| 100 | Икра морковная овз п/ф | Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10 | 13-41 |
| 250 | Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф | Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23 | 17-14 |
| 75 | Шницель из курицы овз | Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10 | 23-27 |
| 200 | Каша гречневая рассыпчатая овз | Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48 | 16-39 |
| 200 | Компот из смородины овз | Калорийность-35, Углеводы-8 | 11-08 |
| 62,5 | Хлеб пшеничный овз | Калорийность-148, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-31 | 3-56 |
| 50 | Хлеб бородинский овз | Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20 | 4-00 |
| Итого за Обед | | Калорийность-983, Белки-41, Жиры-23, Углеводы-150 | 88-85 |
| Полдник | | | |
| 105 | Запеканка из творога овз | Калорийность-212, Белки-21, Жиры-7, Углеводы-15 | 40-86 |
| 200 | Сок персиковый овз | Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33 | 17-94 |
| 210 | Апельсин овз | Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17 | 28-35 |
| Итого за Полдник | | Калорийность-425, Белки-24, Жиры-7, Углеводы-65 | 87-15 |
| Итого за день | | Калорийность-1 408, Белки-65, Жиры-30, Углеводы-215 | 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 | Икра морковная овз п/ф | Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6 | 8-04 |
| 200 | Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф | Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18 | 13-71 |
| 75 | Шницель из курицы овз | Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10 | 23-27 |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая овз | Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36 | 12-29 |
| 200 | Компот из смородины овз | Калорийность-35, Углеводы-8 | 11-08 |
| 37 | Хлеб пшеничный овз | Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18 | 2-09 |
| 40 | Хлеб бородинский овз | Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16 | 3-20 |
| Итого за Обед | | Калорийность-749, Белки-34, Жиры-17, Углеводы-112 | 73-68 |
| Полдник | | | |
| 90 | Запеканка из творога овз | Калорийность-182, Белки-18, Жиры-6, Углеводы-13 | 35-03 |
| 200 | Сок персиковый овз | Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33 | 17-94 |
| 210 | Апельсин овз | Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17 | 28-35 |
| Итого за Полдник | | Калорийность-395, Белки-21, Жиры-6, Углеводы-63 | 81-32 |
| Итого за день | | Калорийность-1 144, Белки-55, Жиры-23, Углеводы-175 | 155-00 |

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) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| Обед | | | |
| 60 | Икра морковная овз п/ф | Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6 | 8-04 |
| 200 | Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф | Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18 | 13-71 |
| 75 | Шницель из курицы овз | Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10 | 23-27 |
| 170 | Каша гречневая рассыпчатая овз | Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41 | 13-93 |
| 200 | Компот из смородины овз | Калорийность-35, Углеводы-8 | 11-08 |
| 55 | Хлеб пшеничный овз | Калорийность-129, Белки-4, Углеводы-27 | 3-15 |
| 50 | Хлеб бородинский овз | Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20 | 4-00 |
| Итого за Обед | | Калорийность-842, Белки-36, Жиры-18, Углеводы-130 | 77-18 |
| Полдник | | | |
| 90 | Запеканка из творога овз | Калорийность-182, Белки-18, Жиры-6, Углеводы-13 | 35-03 |
| 200 | Сок персиковый овз | Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33 | 17-94 |
| 210 | Апельсин овз | Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17 | 28-35 |
| Итого за Полдник | | Калорийность-395, Белки-21, Жиры-6, Углеводы-63 | 81-32 |
| Итого за день | | Калорийность-1 237, Белки-57, Жиры-24, Углеводы-193 | 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> | | | |
| 15 | Сыр твердых сортов в нарезке н/шк | Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4 | 9-59 |
| 140 | Омлет натуральный н/шк | Калорийность-210, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-3 | 24-85 |
| 200 | Какао с молоком сгущенным н/шк | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 17-40 |
| 150 | Яблоко н/шк | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15 | 16-50 |
| 29 | Хлеб пшеничный н/шк | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14 | 1-66 |
| Итого за Завтрак (1 смена) | | Калорийность-532, Белки-21, Жиры-25, Углеводы-54 | 70-00 |
| <u>Обед (2 смена)</u> | | | |
| 10 | Огурец в нарезке н/шк | Калорийность-1 | 1-58 |
| 200 | Суп картофельный с макаронными изделиями н/шк н/ф | Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18 | 13-71 |
| 75 | Шницель из курицы н/шк 2 | Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10 | 23-27 |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая н/шк | Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36 | 12-29 |
| 200 | Сок яблочный н/шк | Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20 | 17-94 |
| 21 | Хлеб пшеничный н/шк | Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10 | 1-21 |
| Итого за Обед (2 смена) | | Калорийность-617, Белки-30, Жиры-12, Углеводы-94 | 70-00 |
| Итого за день | | Калорийность-1149, Белки-51, Жиры-37, Углеводы-148 | 140-00 |

Директор



Погоряева Л.В.

Шеф-повар

[Signature]

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

[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) | | | |
| 25 | Сыр твердых сортов в нарезке б/пл | Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7 | 15-98 |
| 200 | Омлет натуральный б/пл | Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4 | 35-51 |
| 200 | Какао с молоком сгущенным б/пл | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 17-40 |
| 150 | Яблоко б/пл | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15 | 16-50 |
| 46 | Хлеб пшеничный б/пл | Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23 | 2-61 |
| Итого за Завтрак (1 смена) | | | 88-00 |
| Обед (2 смена) | | | |
| 100 | Икра морковная б/пл п/ф | Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10 | 13-41 |
| 250 | Суп картофельный с макаронными изделиями б/пл п/ф | Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23 | 17-00 |
| 75 | Шницель из курицы б/пл 2 | Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10 | 23-27 |
| 170 | Каша гречневая рассыпчатая б/пл | Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41 | 13-93 |
| 200 | Сок яблочный б/пл | Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20 | 17-94 |
| 43 | Хлеб пшеничный б/пл | Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21 | 2-45 |
| Итого за Обед (2 смена) | | | 88-00 |
| Итого за день | | | 176-00 |

Директор



Погеряева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

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) | | | |
| 25 | Сыр твердых сортов в нарезке б/пл | Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7 | 15-98 |
| 185 | Омлет натуральный б/пл | Калорийность-278, Белки-16, Жиры-22, Углеводы-4 | 32-84 |
| 200 | Какао с молоком сгущенным б/пл | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 17-40 |
| 150 | Яблоко б/пл | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15 | 16-50 |
| 40 | Хлеб пшеничный б/пл | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20 | 2-28 |
| Итого за Завтрак (1 смена) | | | 85-00 |
| Итого за день | | | 85-00 |

Директор



Петряева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е. Шаланова

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В. Брованова

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) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| Обед | | | |
| 100 | Икра морковная овз п/ф | Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10 | 13-41 |
| 250 | Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф | Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23 | 17-00 |
| 75 | Шницель из курицы овз | Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10 | 23-27 |
| 200 | Каша гречневая рассыпчатая овз | Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48 | 16-39 |
| 200 | Компот из смородины овз | Калорийность-35, Углеводы-8 | 11-08 |
| 65 | Хлеб пшеничный овз | Калорийность-152, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-32 | 3-70 |
| 50 | Хлеб бородинский овз | Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20 | 4-00 |
| Итого за Обед | | Калорийность-987, Белки-41, Жиры-23, Углеводы-151 | 88-85 |
| Полдник | | | |
| 105 | Запеканка из творога овз | Калорийность-212, Белки-21, Жиры-7, Углеводы-15 | 40-86 |
| 200 | Сок персиковый овз | Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33 | 17-94 |
| 210 | Апельсин овз | Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17 | 28-35 |
| Итого за Полдник | | Калорийность-425, Белки-24, Жиры-7, Углеводы-65 | 87-15 |
| Итого за день | | Калорийность-1 412, Белки-65, Жиры-30, Углеводы-216 | 176-00 |

Директор

Потеряева И.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) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| Обед | | | |
| 60 | Икра морковная овз п/ф | Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6 | 8-04 |
| 200 | Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф | Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18 | 13-60 |
| 75 | Шницель из курицы овз | Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10 | 23-27 |
| 170 | Каша гречневая рассыпчатая овз | Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41 | 13-93 |
| 200 | Компот из смородины овз | Калорийность-35, Углеводы-8 | 11-08 |
| 57 | Хлеб пшеничный овз | Калорийность-134, Белки-4, Углеводы-28 | 3-26 |
| 50 | Хлеб бородинский овз | Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20 | 4-00 |
| Итого за Обед | | Калорийность-847, Белки-36, Жиры-18, Углеводы-131 | 77-18 |
| Полдник | | | |
| 90 | Запеканка из творога овз | Калорийность-182, Белки-18, Жиры-6, Углеводы-13 | 35-03 |
| 200 | Сок персиковый овз | Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33 | 17-94 |
| 210 | Апельсин овз | Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17 | 28-35 |
| Итого за Полдник | | Калорийность-395, Белки-21, Жиры-6, Углеводы-63 | 81-32 |
| Итого за день | | Калорийность-1 242, Белки-57, Жиры-24, Углеводы-194 | 158-50 |

Директор



Потеряева Л.В.



Шеф-повар



Шаланова Е.Е.

Калькулятор



Брованова Н.В.