

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	Перец болгарский в нарезке н/шк	Калорийность-4, Углеводы-1	4-40
150/55	Жаркое по-домашнему п/ф н/шк	Калорийность-255, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-10	62-85
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
25	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-42
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-345, Белки-16, Жиры-7, Углеводы-29	70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-2	2-38
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне н/шк п/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-65
75	Биточки (особые) п/ф н/шк	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-38
140	Макароны отварные н/шк	Калорийность-184, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-31	8-51
180	Компот из клюквы н/шк	Калорийность-26, Углеводы-6	7-66
25	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-42
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-669, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-85	70-00
Итого за день		Калорийность-1 014, Белки-36, Жиры-28, Углеводы-114	140-00

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
10	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-3	2-93
210/70	Жаркое по-домашнему п/ф б/пл	Калорийность-445, Белки-24, Жиры-13, Углеводы-18	81-75
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
35	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	1-99
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-557, Белки-27, Жиры-13, Углеводы-41	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
25	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-95
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	22-20
75	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-38
180	Макароны отварные с сыром б/пл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	18-63
200	Компот из клюквы б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	8-51
41	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-33
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-782, Белки-22, Жиры-24, Углеводы-101	88-00
Итого за день		Калорийность-1 339, Белки-49, Жиры-37, Углеводы-142	176-00

Директор



Иотарьева Л.В.

Шеф-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>			
15	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	4-40
195/65	Жаркое по-домашнему п/ф б/пл	Калорийность-414, Белки-22, Жиры-12, Углеводы-17	75-91
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
59	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-138, Белки-4, Углеводы-29	3-36
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-583, Белки-26, Жиры-12, Углеводы-53	85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	4-74
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	22-20
75	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-38
150	Макароны отварные с сыром б/пл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-53
200	Компот из клюквы б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	8-51
29	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-64
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-714, Белки-20, Жиры-23, Углеводы-90	85-00
Итого за день		Калорийность-1 297, Белки-46, Жиры-35, Углеводы-143	170-00

Директор

[Подпись]

Полосряева Л.В.



Шеф-повар

[Подпись]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Подпись]

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 свекольная овз п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-41
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-17	22-06
195/65	Жаркое по-домашнему п/ф овз	Калорийность-414, Белки-22, Жиры-12, Углеводы-17	75-87
200	Компот из клюквы овз	Калорийность-29, Углеводы-7	8-51
42	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	2-38
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Обед		Калорийность-896, Белки-36, Жиры-27, Углеводы-89	125-43
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
Итого за Полдник		Калорийность-283, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	50-57
Итого за день		Калорийность-1179, Белки-47, Жиры-36, Углеводы-127	176-00

Директор



Потряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

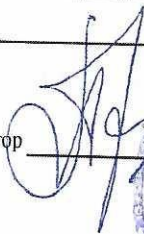
Брованова Н.В.

31.01.2023 (вторник)

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 свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-04
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-65
180/60	Жаркое по-домашнему п/ф овз	Калорийность-382, Белки-21, Жиры-11, Углеводы-16	70-03
200	Компот из клюквы овз	Калорийность-29, Углеводы-7	8-51
59,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	3-39
Итого за Обед			107-62
Полдник			
25	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
Итого за Полдник			47-38
Итого за день			155-00

Директор



Григорьева Л.В.

Шеф-повар



Котомчина Т.А.

Калькулятор



Брованова Н.В.



Категория "ОВЗ и инв. 1-4класс" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-04
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-65
180/60	Жаркое по-домашнему п/ф овз	Калорийность-382, Белки-21, Жиры-11, Углеводы-16	70-03
200	Компот из клюквы овз	Калорийность-29, Углеводы-7	8-51
65	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-152, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-32	3-70
Итого за Обед			107-93
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
Итого за Полдник			50-57
Итого за день			158-50
		Калорийность-1 043, Белки-43, Жиры-31, Углеводы-114	

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	Перец болгарский в нарезке н/шк	Калорийность-4, Углеводы-1	4-40
150/55	Жаркое по-домашнему н/ф н/шк	Калорийность-255, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-10	62-85
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
25	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-42
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-345, Белки-16, Жиры-7, Углеводы-29	70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-2	2-38
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне н/шк н/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-65
75	Биточки (особые) н/ф н/шк	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-38
140	Макароны отварные н/шк	Калорийность-184, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-31	8-51
180	Компот из клюквы н/шк	Калорийность-26, Углеводы-6	7-66
25	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-42
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-669, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-85	70-00
Итого за день		Калорийность-1 014, Белки-36, Жиры-28, Углеводы-114	140-00

Директор

Потеряева Л.В.

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 (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
10	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-3	2-93
210/70	Жаркое по-домашнему п/ф б/пл	Калорийность-445, Белки-24, Жиры-13, Углеводы-18	81-75
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
35	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	1-99
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
25	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-95
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	22-06
75	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-38
180	Макароньы отварные с сыром б/пл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	18-63
200	Компот из клюквы б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	8-51
43	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	2-47
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00
Калорийность-1 344, Белки-49, Жиры-37, Углеводы-143			

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)			
15	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	4-40
195/65	Жаркое по-домашнему п/ф б/пл	Калорийность-414, Белки-22, Жиры-12, Углеводы-17	75-91
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
59	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-138, Белки-4, Углеводы-29	3-36
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-583, Белки-26, Жиры-12, Углеводы-53	85-00
Итого за день		Калорийность-583, Белки-26, Жиры-12, Углеводы-53	85-00

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

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	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-41
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-17	22-06
195/65	Жаркое по-домашнему п/ф овз	Калорийность-414, Белки-22, Жиры-12, Углеводы-17	75-87
200	Компот из клюквы овз	Калорийность-29, Углеводы-7	8-51
42	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	2-38
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Обед		Калорийность-896, Белки-36, Жиры-27, Углеводы-89	125-43
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
Итого за Полдник		Калорийность-283, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	50-57
Итого за день		Калорийность-1 179, Белки-47, Жиры-36, Углеводы-127	176-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Категория "ОВЗ и инв. 1-4класс" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-04
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-65
180/60	Жаркое по-домашнему п/ф овз	Калорийность-382, Белки-21, Жиры-11, Углеводы-16	70-03
200	Компот из клюквы овз	Калорийность-29, Углеводы-7	8-51
65	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-152, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-32	3-70
Итого за Обед		Калорийность-760, Белки-32, Жиры-22, Углеводы-76	107-93
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	28-35
Итого за Полдник		Калорийность-283, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	50-57
Итого за день		Калорийность-1 043, Белки-43, Жиры-31, Углеводы-114	158-50

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

