

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>			
10	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-2	2-03
120/60	Картофельная запеканка с говядиной н/шк п/ф	Калорийность-321, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-15	59-34
200	Напиток из шиповника н/шк	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
34	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	1-94
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-4, Углеводы-1	2-51
200	Суп гороховый на курином бульоне н/шк п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-35
70	Котлета рыбная (кета) н/шк 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-48
150	Рис отварной н/шк	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-66
180	Компот из клубники н/шк	Калорийность-26, Углеводы-7	4-29
30	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
		Калорийность-1 020, Белки-49, Жиры-35, Углеводы-128	

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Категория "Многдетные от 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>			
15	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-05
150/75	Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	74-17
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-69
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	Салат из свежих помидоров и огурцов б/пл п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	17-07
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	14-19
70	Котлета рыбная (кета) б/пл 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-48
150	Рис отварной б/пл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
32	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	1-84
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00
Калорийность-1 250, Белки-58, Жиры-47, Углеводы-149			

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Категория "Многдетные 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>			
10	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-2	2-03
150/75	Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	74-17
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
37	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-11
Итого за Завтрак (1 смена)			85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
80	Салат из свежих помидоров и огурцов б/пл п/ф	Калорийность-50, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	13-63
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	14-19
70	Котлета рыбная (кета) б/пл 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-48
150	Рис отварной б/пл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
40	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-28
Итого за Обед (2 смена)			85-00
Итого за день			170-00
Калорийность-1 213, Белки-58, Жиры-46, Углеводы-142			

Директор



Петеряева 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	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	17-07
250	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	14-19
180/90	Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф	Калорийность-529, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-27	89-01
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
41	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-32
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Обед		Калорийность-962, Белки-52, Жиры-49, Углеводы-93	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-1306, Белки-56, Жиры-49, Углеводы-175	176-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

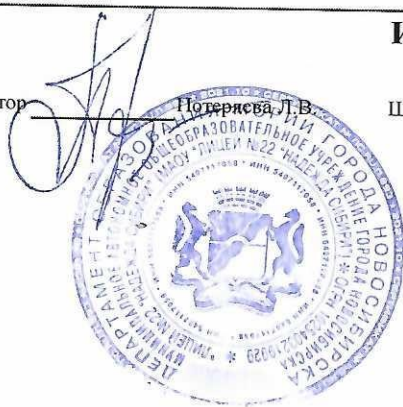
Брованова Н.В.



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	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	10-24
200	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-35
160/80	Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф	Калорийность-470, Белки-33, Жиры-33, Углеводы-24	79-12
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
29,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-68
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-799, Белки-45, Жиры-41, Углеводы-76	109-56
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-1 143, Белки-49, Жиры-41, Углеводы-158	155-00

Директор



Шеф-повар

[Signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Signature]

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			
70	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	11-95
200	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-35
160/80	Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф	Калорийность-470, Белки-33, Жиры-33, Углеводы-24	79-12
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
47	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23	2-67
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Обед		Калорийность-865, Белки-48, Жиры-43, Углеводы-88	113-06
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-1 209, Белки-52, Жиры-43, Углеводы-170	158-50

Директор

Потеряева Л.В.



Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.


[Handwritten signature]


[Handwritten signature]

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>			
10	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-2	2-03
120/60	Картофельная запеканка с говядиной н/шк п/ф	Калорийность-321, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-15	59-34
200	Напиток из шиповника н/шк	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
34	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	1-94
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-4, Углеводы-1	2-51
200	Суп гороховый на курином бульоне н/шк п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-35
70	Котлета рыбная (кета) н/шк 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-48
150	Рис отварной н/шк	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-66
180	Компот из клубники н/шк	Калорийность-26, Углеводы-7	4-29
30	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
		Калорийность-1 020, Белки-49, Жиры-35, Углеводы-128	

Директор  Петеряева И.В.

Шеф-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>			
15	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-05
150/75	Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	74-17
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-69
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	Салат из свежих помидоров и огурцов б/пл п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	17-07
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	14-19
70	Котлета рыбная (кета) б/пл 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-48
150	Рис отварной б/пл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
32	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	1-84
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00
Калорийность-1 250, Белки-58, Жиры-47, Углеводы-149			

Директор

Потеряева Л.В.



Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

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)			
10	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-2	2-03
150/75	Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	74-17
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
37	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-11
Итого за Завтрак (1 смена)			85-00
Итого за день			85-00

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Зеч

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Б

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	Салат-из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	17-07
250	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	14-19
180/90	Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф	Калорийность-529, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-27	89-01
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
41	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-32
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Обед		Калорийность-962, Белки-52, Жиры-49, Углеводы-93	130-56
<u>Полдник</u>			
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-1 306, Белки-56, Жиры-49, Углеводы-175	176-00

Директор



Петеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

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			
70	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	11-95
200	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-35
160/80	Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф	Калорийность-470, Белки-33, Жиры-33, Углеводы-24	79-12
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
47	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23	2-67
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-20
Итого за Обед		Калорийность-865, Белки-48, Жиры-43, Углеводы-88	113-06
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-1 209, Белки-52, Жиры-43, Углеводы-170	158-50

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

[Handwritten signature]

Брованова Н.В.