

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	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
200	Каша жидкая молочная рисовая н/шк	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	17-07
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
53.5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-127, Белки-4, Углеводы-27	3-04
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Кукуруза сахарная н/шк	Калорийность-5, Углеводы-1	3-32
200	Суп картофельный с макаронными изделиями н/шк н/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	13-71
70/35	Гуляш из свинины н/шк н/ф	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-5	34-14
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-250, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-50
200	Компот из облепихи н/шк	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
31	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	1-78
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			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>			
32.5	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-118, Белки-8, Жиры-10	21-10
200	Каша жидкая молочная рисовая б/пл	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	17-07
15	Масло сливочное (порциями) б/пл	Калорийность-112, Жиры-12	14-25
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
29.5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-68
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-685, Белки-19, Жиры-31, Углеводы-81	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
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
70/35	Гуляш из свинины б/пл п/ф	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-5	34-14
200	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-333, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54	16-67
200	Компот из облепихи б/пл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
37	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-09
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-887, Белки-33, Жиры-30, Углеводы-117	88-00
Итого за день		Калорийность-1 572, Белки-52, Жиры-61, Углеводы-198	176-00

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)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак (1 смена)

27.5	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-8	17-90
200	Каша жидкая молочная рисовая б/пл	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	17-07
15	Масло сливочное (порциями) б/пл	Калорийность-112, Жиры-12	14-25
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
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	1-88

Итого за Завтрак (1 смена) Калорийность-674, Белки-18, Жиры-29, Углеводы-82 **85-00**

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
70/35	Гуляш из свинины б/пл п/ф	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-5	34-14
160	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-266, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-43	13-33
200	Компот из облепихи б/пл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
43	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	2-43

Итого за Обед (2 смена) Калорийность-834, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-109 **85-00**

Итого за день Калорийность-1 508, Белки-49, Жиры-57, Углеводы-191 **170-00**

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)
<u>Обед</u>			
100	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-39
250	Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	17-00
120/60	Гуляш из свинины овз п/ф	Калорийность-282, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-8	58-52
200	Каша перловая рассыпчатая овз	Калорийность-333, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54	16-67
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-1 046, Белки-45, Жиры-37, Углеводы-129	114-24
<u>Полдник</u>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-28
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	16-50
Итого за Полдник		Калорийность-437, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-57	61-76
Итого за день		Калорийность-1 483, Белки-61, Жиры-53, Углеводы-186	176-00

Директор



Потеряева Я.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

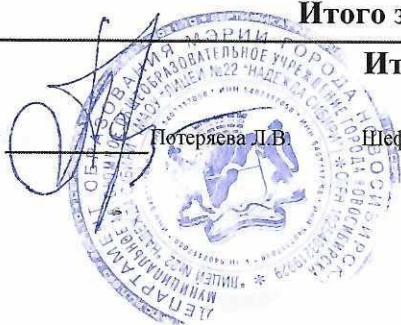
Калькулятор

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	13-60
120/60	Гуляш из свинины овз п/ф	Калорийность-282, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-8	58-52
150	Каша перловая рассыпчатая овз	Калорийность-250, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-50
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
53	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-124, Белки-4, Углеводы-26	3-00
Итого за Обед		Калорийность-883, Белки-41, Жиры-32, Углеводы-106	100-21
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	16-50
Итого за Полдник		Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52	54-79
Итого за день		Калорийность-1 260, Белки-54, Жиры-45, Углеводы-158	155-00

Директор



Потеряева П.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	13-60
120/60	Гуляш из свинины овз п/ф	Калорийность-282, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-8	58-52
180	Каша перловая рассыпчатая овз	Калорийность-299, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-49	15-01
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
28	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-59
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-933, Белки-42, Жиры-33, Углеводы-114	103-71
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	16-50
Итого за Полдник		Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52	54-79
Итого за день		Калорийность-1310, Белки-55, Жиры-46, Углеводы-166	158-50

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Бронова 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	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	<i>Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7</i>	15-99
200	Каша жидкая молочная рисовая н/шк	<i>Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29</i>	17-07
200	Какао с молоком сгущенным н/шк	<i>Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22</i>	17-40
150	Яблоко н/шк	<i>Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15</i>	16-50
53.5	Хлеб пшеничный н/шк	<i>Калорийность-127, Белки-4, Углеводы-27</i>	3-04
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Кукуруза сахарная н/шк	<i>Калорийность-5, Углеводы-1</i>	3-32
200	Суп картофельный с макаронными изделиями н/шк п/ф	<i>Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18</i>	13-71
70/35	Гуляш из свинины н/шк п/ф	<i>Калорийность-165, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-5</i>	34-14
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	<i>Калорийность-250, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41</i>	12-50
200	Компот из облепихи н/шк	<i>Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7</i>	4-55
31	Хлеб пшеничный н/шк	<i>Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15</i>	1-78
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
<i>Калорийность-1 254, Белки-46, Жиры-37, Углеводы-180</i>			

Директор

Потеряева Л.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>			
32,5	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-118, Белки-8, Жиры-10	21-10
200	Каша жидкая молочная рисовая б/пл	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	17-07
15	Масло сливочное (порциями) б/пл	Калорийность-112, Жиры-12	14-25
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
29,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-68
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Икра морковная б/пл п/ф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-40
250	Суп картофельный с макаронными изделиями б/пл п/ф	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	17-01
70/35	Гуляш из свинины б/пл п/ф	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-5	34-14
200	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-333, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54	16-67
200	Компот из облепихи б/пл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
39	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-23
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00
Калорийность-1 576, Белки-52, Жиры-61, Углеводы-199			

Директор



Петеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

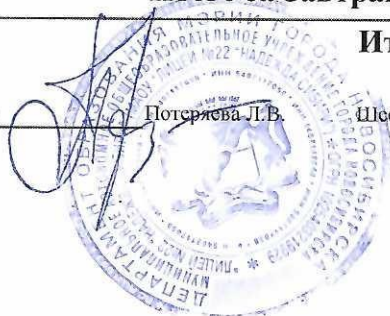
Калькулятор

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
27,5	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-8	17-90
200	Каша жидкая молочная рисовая б/пл	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	17-07
15	Масло сливочное (порциями) б/пл	Калорийность-112, Жиры-12	14-25
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
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	1-88
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-674, Белки-18, Жиры-29, Углеводы-82	85-00
Итого за день		Калорийность-674, Белки-18, Жиры-29, Углеводы-82	85-00

Директор



Потеряева 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)
<u>Обед</u>			
100	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-39
250	Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	17-00
120/60	Гуляш из свинины овз п/ф	Калорийность-282, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-8	58-52
200	Каша перловая рассыпчатая овз	Калорийность-333, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54	16-67
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-1 046, Белки-45, Жиры-37, Углеводы-129	114-24
<u>Полдник</u>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-28
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	16-50
Итого за Полдник		Калорийность-437, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-57	61-76
Итого за день		Калорийность-1 483, Белки-61, Жиры-53, Углеводы-186	176-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

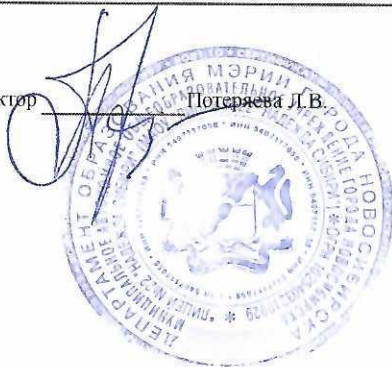
Брованова Н.В.



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	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
120/60	Гуляш из свинины овз п/ф	Калорийность-282, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-8	58-52
180	Каша перловая рассыпчатая овз	Калорийность-299, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-49	15-01
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
28	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-59
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед		Калорийность-933, Белки-42, Жиры-33, Углеводы-114	103-71
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	16-50
Итого за Полдник		Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52	54-79
Итого за день		Калорийность-1 310, Белки-55, Жиры-46, Углеводы-166	158-50

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е. Шаланова

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В. Брованова

Брованова Н.В.