

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>			
105	Филе цыплят бройлеров запечённое (нач.шк)	Калорийность-205, Белки-9, Жиры-31	48-10
150	Рис с овощами н/шк н/ф	Калорийность-168, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-26	14-75
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-45
60	Булочка с маком н/шк	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-32	2-99
30	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-636, Белки-19, Жиры-39, Углеводы-80	70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
200/10	Суп картофельный с крупой и сайрой н/шк н/ф 3	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	16-11
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
180	Сок персиковый н/шк	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-14
38,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-19
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-728, Белки-33, Жиры-18, Углеводы-107	70-00
Итого за день		Калорийность-1 364, Белки-52, Жиры-57, Углеводы-187	140-00

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

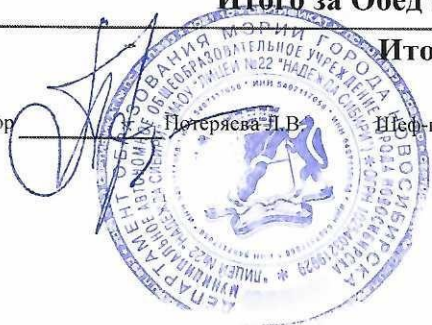
Калькулятор

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>			
115	Филе цыплят бройлеров запечённое б/пл	Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34	52-69
200	Рис с овощами б/пл п/ф	Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	19-67
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-45
120	Булочка с маком б/пл	Калорийность-330, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-63	5-99
56	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-131, Белки-4, Углеводы-28	3-20
50	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-00
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-1 036, Белки-31, Жиры-47, Углеводы-153	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4	9-59
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-40
75	Шницель из курицы б/пл 2	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	23-27
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-75
200	Сок персиковый б/пл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
36	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-05
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-835, Белки-38, Жиры-24, Углеводы-116	88-00
Итого за день		Калорийность-1 871, Белки-69, Жиры-71, Углеводы-269	176-00

Директор



Петряева Л.В.

Исполнитель

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
115	Филе цыплят бройлеров запечённое б/пл	Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34	52-69
200	Рис с овощами б/пл п/ф	Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	19-67
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-45
60	Булочка с маком б/пл	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-32	2-99
56	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-131, Белки-4, Углеводы-28	3-20
50	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-00
Итого за Завтрак (1 смена)			85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4	9-59
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-40
75	Шницель из курицы б/пл 2	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	23-27
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	12-29
200	Сок персиковый б/пл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
27	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-51
Итого за Обед (2 смена)			85-00
Итого за день			170-00
Калорийность-1 639, Белки-61, Жиры-67, Углеводы-226			

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Handwritten signature]

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	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-71
250/25	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-195, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	25-50
115	Филе цыплят бройлеров запечённое овз	Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34	52-69
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	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-145, Белки-5, Углеводы-31	3-52
60	Хлеб бородинский овз	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	4-80
Итого за Обед		Калорийность-1 142, Белки-40, Жиры-63, Углеводы-133	128-69
Полдник			
235	Банан овз	Калорийность-225, Белки-4, Углеводы-53	29-37
200	Сок виноградный овз	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-361, Белки-5, Углеводы-86	47-31
Итого за день		Калорийность-1 503, Белки-45, Жиры-63, Углеводы-219	176-00

Директор  Потерьева 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)
<u>Обед</u>			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-83
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-40
115	Филе цыплят бройлеров запечённое овз	Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34	52-69
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
42	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	2-40
Итого за Обед		Калорийность-814, Белки-29, Жиры-54, Углеводы-81	107-69
<u>Полдник</u>			
235	Банан овз	Калорийность-225, Белки-4, Углеводы-53	29-37
200	Сок виноградный овз	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-361, Белки-5, Углеводы-86	47-31
Итого за день		Калорийность-1 175, Белки-34, Жиры-54, Углеводы-167	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)
<u>Обед</u>			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-83
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-40
115	Филе цыплят бройлеров запечённое овз	Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34	52-69
190	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-296, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-46	15-57
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	11-08
46	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	2-62
Итого за Обед		Калорийность-886, Белки-31, Жиры-56, Углеводы-93	111-19
<u>Полдник</u>			
235	Банан овз	Калорийность-225, Белки-4, Углеводы-53	29-37
200	Сок виноградный овз	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-361, Белки-5, Углеводы-86	47-31
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-36, Жиры-56, Углеводы-179	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>			
105	Филе цыплят бройлеров запечённое (нач.шк)	Калорийность-205, Белки-9, Жиры-31	48-10
150	Рис с овощами н/шк п/ф	Калорийность-168, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-26	14-75
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-45
60	Булочка с маком н/шк	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-32	2-99
30	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-71
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-636, Белки-19, Жиры-39, Углеводы-80	70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
200/10	Суп картофельный с крупой и сайрой н/шк п/ф 3	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	16-11
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
180	Сок персиковый н/шк	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-14
38,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-19
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-728, Белки-33, Жиры-18, Углеводы-107	70-00
Итого за день		Калорийность-1 364, Белки-52, Жиры-57, Углеводы-187	140-00

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>			
115	Филе цыплят бройлеров запечённое б/пл	Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34	52-69
200	Рис с овощами б/пл п/ф	Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	19-67
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-45
120	Булочка с маком б/пл	Калорийность-330, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-63	5-99
56	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-131, Белки-4, Углеводы-28	3-20
50	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-00
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-1 036, Белки-31, Жиры-47, Углеводы-153	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4	9-59
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-40
75	Шницель из курицы б/пл 2	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	23-27
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-75
200	Сок персиковый б/пл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
36	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-05
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-835, Белки-38, Жиры-24, Углеводы-116	88-00
Итого за день		Калорийность-1 871, Белки-69, Жиры-71, Углеводы-269	176-00

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е. Шаланова

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В. Брованова

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>			
115	Филе цыплят бройлеров запечённое б/пл	Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34	52-69
200	Рис с овощами б/пл п/ф	Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	19-67
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-45
60	Булочка с маком б/пл	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-32	2-99
56	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-131, Белки-4, Углеводы-28	3-20
50	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-00
Итого за Завтрак (1 смена)			85-00
Итого за день			85-00

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	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-71
250/25	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-195, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	25-50
115	Филе цыплят бройлеров запечённое овз	Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34	52-69
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	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-145, Белки-5, Углеводы-31	3-52
60	Хлеб бородинский овз	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	4-80
Итого за Обед		Калорийность-1 142, Белки-40, Жиры-63, Углеводы-133	128-69
Полдник			
235	Банан овз	Калорийность-225, Белки-4, Углеводы-53	29-37
200	Сок виноградный овз	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-361, Белки-5, Углеводы-86	47-31
Итого за день		Калорийность-1 503, Белки-45, Жиры-63, Углеводы-219	176-00

Директор



Петеряева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е. Шаланова

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В. Брованова

Брованова Н.В.

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

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-83
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-40
115	Филе цыплят бройлеров запечённое овз	Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34	52-69
190	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-296, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-46	15-57
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	11-08
46	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	2-62
Итого за Обед		Калорийность-886, Белки-31, Жиры-56, Углеводы-93	111-19
Полдник			
235	Банан овз	Калорийность-225, Белки-4, Углеводы-53	29-37
200	Сок виноградный овз	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-361, Белки-5, Углеводы-86	47-31
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-36, Жиры-56, Углеводы-179	158-50

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е. Шаланова

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В. Брованова

Брованова Н.В.