

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



Игоряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова И.В.

Категория "Многодетные 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>			
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
<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
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

Директор



Полужарва 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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
25	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
185	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-278, Белки-16, Жиры-22, Углеводы-4	32-83
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
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Икра морковная б/пл п/ф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-04
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
40	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-28
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-40
Итого за Обед (2 смена)			85-00
Итого за день			170-00
Калорийность-1 511, Белки-65, Жиры-50, Углеводы-193			

Директор



Протеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

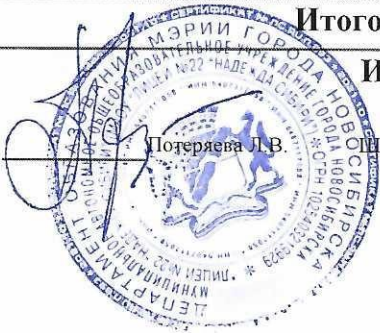
Калькулятор

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

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Handwritten signature]

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



Щегоряева Л.В.

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Handwritten signature]

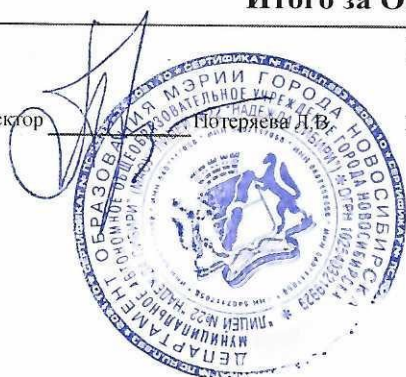
Брованова Н.В.

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
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
<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	17-00
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

Калорийность-1 541, Белки-65, Жиры-55, Углеводы-189

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Handwritten signature

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Handwritten signature

Брованова Н.В.

Категория "Многодетные 7-11лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
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)		Калорийность-662, Белки-29, Жиры-33, Углеводы-61	85-00
Итого за день		Калорийность-662, Белки-29, Жиры-33, Углеводы-61	85-00

Директор _____



Шеф-повар _____

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор _____

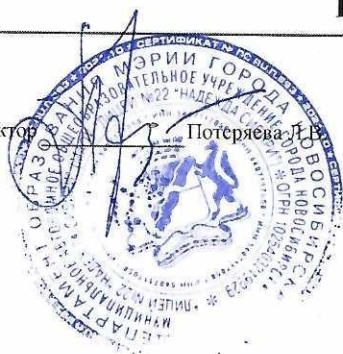
Н.В.

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)
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			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			87-15
Итого за день			176-00
		Калорийность-1 412, Белки-65, Жиры-30, Углеводы-216	

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

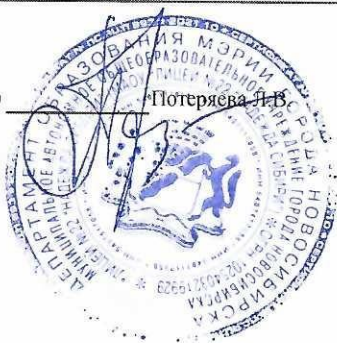
Калькулятор

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

Е.Е. Шаланова

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В. Брованова

Брованова Н.В.