

## Категория "1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак (1 смена)</u></b>			
15	<b>Сыр твердых сортов в нарезке н/шк</b>	Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4	<b>9-59</b>
140	<b>Омлет натуральный н/шк</b>	Калорийность-210, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-3	<b>24-85</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным н/шк</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	<b>17-40</b>
150	<b>Яблоко н/шк</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>16-50</b>
29	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	<b>1-66</b>
<b>Итого за Завтрак (1 смена)</b>			<b>70-00</b>
<b><u>Обед (2 смена)</u></b>			
10	<b>Огурец в нарезке н/шк</b>	Калорийность-1	<b>1-58</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями н/шк п/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	<b>13-71</b>
75	<b>Шницель из курицы н/шк 2</b>	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	<b>23-27</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая н/шк</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	<b>12-29</b>
200	<b>Сок яблочный н/шк</b>	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	<b>17-94</b>
21	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	<b>1-21</b>
<b>Итого за Обед (2 смена)</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>
			Калорийность-1149, Белки-51, Жиры-37, Углеводы-148

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)
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
22,5	<b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>	Калорийность-82, Белки-5, Жиры-7	<b>14-71</b>
200	<b>Омлет натуральный б/пл</b>	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	<b>37-00</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным б/пл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	<b>17-40</b>
150	<b>Яблоко б/пл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>16-50</b>
42	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	<b>2-39</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b>Обед ( 2 смена )</b>			
100	<b>Икра морковная б/пл п/ф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	<b>13-40</b>
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями б/пл п/ф</b>	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	<b>16-83</b>
75	<b>Шницель из курицы б/пл 2</b>	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	<b>23-27</b>
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	<b>14-75</b>
200	<b>Сок яблочный б/пл</b>	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	<b>17-94</b>
32	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	<b>1-81</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>176-00</b>

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)
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
22,5	<b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>	Калорийность-82, Белки-5, Жиры-7	<b>14-71</b>
185	<b>Омлет натуральный б/пл</b>	Калорийность-278, Белки-16, Жиры-22, Углеводы-4	<b>34-23</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным б/пл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	<b>17-40</b>
150	<b>Яблоко б/пл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>16-50</b>
38	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	<b>2-16</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b>Обед ( 2 смена )</b>			
60	<b>Икра морковная б/пл п/ф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	<b>8-04</b>
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями б/пл п/ф</b>	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	<b>16-83</b>
75	<b>Шницель из курицы б/пл 2</b>	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	<b>23-27</b>
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	<b>14-75</b>
200	<b>Сок яблочный б/пл</b>	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	<b>17-94</b>
31	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-77</b>
30	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-40</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>170-00</b>

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	<b>Икра морковная овз п/ф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	<b>13-41</b>
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф</b>	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	<b>17-14</b>
75	<b>Шницель из курицы овз</b>	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	<b>23-28</b>
200	<b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	<b>16-39</b>
200	<b>Компот из смородины овз</b>	Калорийность-35, Углеводы-8	<b>11-08</b>
62	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-145, Белки-5, Углеводы-31	<b>3-54</b>
50	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	<b>4-00</b>
<b>Итого за Обед</b>			<b>88-84</b>
<u>Полдник</u>			
105	<b>Запеканка из творога овз</b>	Калорийность-212, Белки-21, Жиры-7, Углеводы-15	<b>40-87</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>17-94</b>
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	<b>28-35</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>87-16</b>
<b>Итого за день</b>			<b>176-00</b>

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)
<b>Обед</b>			
60	<b>Икра морковная овз п/ф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	<b>8-04</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	<b>13-71</b>
75	<b>Шницель из курицы овз</b>	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	<b>23-28</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	<b>12-29</b>
200	<b>Компот из смородины овз</b>	Калорийность-35, Углеводы-8	<b>11-08</b>
37	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	<b>2-08</b>
40	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	<b>3-20</b>
<b>Итого за Обед</b>			<b>73-68</b>
<b>Полдник</b>			
90	<b>Запеканка из творога овз</b>	Калорийность-182, Белки-18, Жиры-6, Углеводы-13	<b>35-03</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>17-94</b>
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	<b>28-35</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>81-32</b>
<b>Итого за день</b>			<b>155-00</b>

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Котомчина Т.А.

Калькулятор  Брованова Н.В.

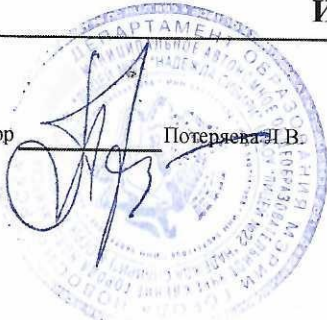




# Категория "ОВЗ и инв. 1-4 класс" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
60	<b>Икра морковная овз п/ф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	<b>8-04</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	<b>13-71</b>
75	<b>Шницель из курицы овз</b>	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	<b>23-28</b>
170	<b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>	Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	<b>13-93</b>
200	<b>Компот из смородины овз</b>	Калорийность-35, Углеводы-8	<b>11-08</b>
55	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-129, Белки-4, Углеводы-27	<b>3-14</b>
50	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	<b>4-00</b>
<b>Итого за Обед</b>			<b>77-18</b>
<b>Полдник</b>			
90	<b>Запеканка из творога овз</b>	Калорийность-182, Белки-18, Жиры-6, Углеводы-13	<b>35-03</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>17-94</b>
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	<b>28-35</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>81-32</b>
<b>Итого за день</b>			<b>158-50</b>

Директор



Потеряева И.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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
15	<b>Сыр твердых сортов в нарезке н/шк</b>	Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4	9-59
140	<b>Омлет натуральный н/шк</b>	Калорийность-210, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-3	25-68
200	<b>Какао с молоком сгущенным н/шк</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
140	<b>Яблоко н/шк</b>	Калорийность-62, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14	15-40
34	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	1-93
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
10	<b>Огурец в нарезке н/шк</b>	Калорийность-1	1-58
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями н/шк н/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	13-67
75	<b>Шницель из курицы н/шк 2</b>	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	23-27
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая н/шк</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	12-29
200	<b>Сок яблочный н/шк</b>	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	17-94
22	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-25
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>
Калорийность-1 159, Белки-52, Жиры-37, Углеводы-151			

Директор  Погоряева 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)
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
22,5	<b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>	Калорийность-82, Белки-5, Жиры-7	<b>14-71</b>
200	<b>Омлет натуральный б/пл</b>	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	<b>37-06</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным б/пл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	<b>17-40</b>
150	<b>Яблоко б/пл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>16-50</b>
41	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	<b>2-33</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b>Обед ( 2 смена )</b>			
100	<b>Икра морковная б/пл п/ф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	<b>13-40</b>
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями б/пл п/ф</b>	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	<b>16-76</b>
75	<b>Шницель из курицы б/пл 2</b>	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	<b>23-27</b>
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	<b>14-75</b>
200	<b>Сок яблочный б/пл</b>	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	<b>17-94</b>
33	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	<b>1-88</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>176-00</b>

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	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
100	<b>Икра морковная овз п/ф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	<b>13-40</b>
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф</b>	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	<b>16-89</b>
75	<b>Шницель из курицы овз</b>	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	<b>23-27</b>
200	<b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	<b>16-39</b>
200	<b>Компот из смородины овз</b>	Калорийность-35, Углеводы-8	<b>11-08</b>
60	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	<b>3-41</b>
40	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	<b>3-35</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-956, Белки-41, Жиры-22, Углеводы-145	<b>87-79</b>
<b>Полдник</b>			
105	<b>Запеканка из творога овз</b>	Калорийность-212, Белки-21, Жиры-7, Углеводы-15	<b>40-88</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>17-94</b>
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	<b>29-39</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-425, Белки-24, Жиры-7, Углеводы-65	<b>88-21</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 381, Белки-65, Жиры-29, Углеводы-210	<b>176-00</b>

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)
<b>Обед</b>			
60	<b>Икра морковная овз п/ф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	<b>8-04</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	<b>13-51</b>
75	<b>Шницель из курицы овз</b>	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	<b>23-27</b>
170	<b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>	Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	<b>13-93</b>
200	<b>Компот из смородины овз</b>	Калорийность-35, Углеводы-8	<b>11-08</b>
52	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-122, Белки-4, Углеводы-26	<b>2-95</b>
40	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	<b>3-35</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-815, Белки-36, Жиры-18, Углеводы-125	<b>76-13</b>
<b>Полдник</b>			
90	<b>Запеканка из творога овз</b>	Калорийность-182, Белки-18, Жиры-6, Углеводы-13	<b>35-04</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>17-94</b>
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	<b>29-39</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-395, Белки-21, Жиры-6, Углеводы-63	<b>82-37</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 210, Белки-57, Жиры-24, Углеводы-188	<b>158-50</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.