

Категория "1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (1 смена)			
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
31	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	1-94
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
Обед (2 смена)			
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	11-23
70	Котлета рыбная (кета) н/шк 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-55
150	Рис отварной н/шк	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
180	Компот из клубники н/шк	Калорийность-26, Углеводы-7	4-29
28	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-77
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
Калорийность-1 009, Белки-48, Жиры-35, Углеводы-125			

Директор



Потеряева Д.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
27	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-54
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-55
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	17-06
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	13-98
70	Котлета рыбная (кета) б/пл 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-52
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
35,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-02
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00
Калорийность-1 252, Белки-59, Жиры-47, Углеводы-149			

Директор

Чотеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

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	13-65
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	13-98
70	Котлета рыбная (кета) б/пл 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-52
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
43	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	2-43
Итого за Обед (2 смена)			85-00
Итого за день			170-00
Калорийность-1 220, Белки-58, Жиры-46, Углеводы-143			

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	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	17-06
250	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	13-89
180/90	Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф	Калорийность-529, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-27	89-02
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-54
35	Хлеб бородинский овз	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	3-05
Итого за Обед		Калорийность-950, Белки-51, Жиры-48, Углеводы-91	130-33
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	27-73
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	45-67
Итого за день		Калорийность-1 294, Белки-55, Жиры-48, Углеводы-173	176-00

Директор



Почеряева Л.В.



Шеф-повар



Котомчина Т.А.

Калькулятор

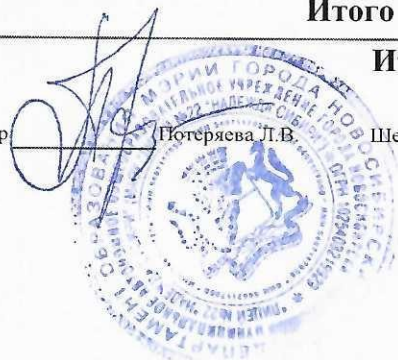


Брованова Н.В.

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	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	11-11
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
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-91
25	Хлеб бородинский овз	Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10	2-18
Итого за Обед			109-33
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	27-73
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник			45-67
Итого за день			155-00

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

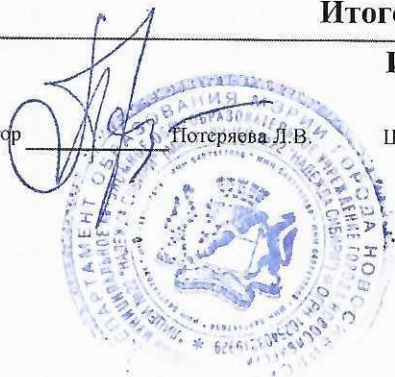
[Handwritten signature]

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)
<u>Обед</u>			
70	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	11-94
200	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-11
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
45	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-84
35	Хлеб бородинский овз	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	3-05
Итого за Обед		Калорийность-850, Белки-46, Жиры-42, Углеводы-85	112-83
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	27-73
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	45-67
Итого за день		Калорийность-1194, Белки-50, Жиры-42, Углеводы-167	158-50

Директор



Погеряева Л.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)
<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
30	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	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	11-09
70	Котлета рыбная (кета) н/шк 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-61
150	Рис отварной н/шк	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
180	Компот из клубники н/шк	Калорийность-26, Углеводы-7	4-29
29	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-85
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
Калорийность-1 008, Белки-48, Жиры-35, Углеводы-125			

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>			
15	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-22
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
24	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-41
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-51
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	17-61
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	13-95
70	Котлета рыбная (кета) б/пл 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-56
150	Рис отварной б/пл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
180	Компот из клубники б/пл	Калорийность-26, Углеводы-7	4-29
32,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	1-94
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00
Калорийность-1 235, Белки-59, Жиры-47, Углеводы-146			

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)
<u>Обед</u>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	17-06
250	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	13-96
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
38	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-40
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-60
Итого за Обед		Калорийность-935, Белки-51, Жиры-48, Углеводы-88	129-80
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-26
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	46-20
Итого за день		Калорийность-1 279, Белки-55, Жиры-48, Углеводы-170	176-00

Директор



Иотеряева Л.В.

Шеф-повар



Шаланова Е.Е.

Калькулятор



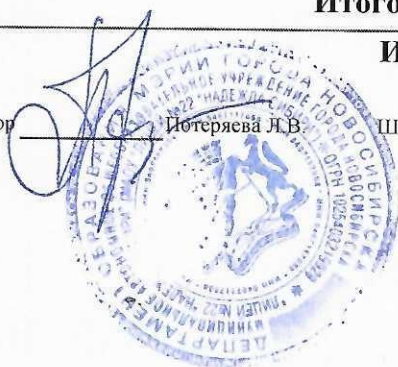
Брованова Н.В.



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	11-94
200	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-17
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
43	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	2-70
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-60
Итого за Обед		Калорийность-836, Белки-46, Жиры-42, Углеводы-82	112-30
Полдник			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-26
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	46-20
Итого за день		Калорийность-1 180, Белки-50, Жиры-42, Углеводы-164	158-50

Директор



Иотеряева Н.В.

Шеф-повар

Шелева

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова

Брованова Н.В.