

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
49	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-115, Белки-4, Углеводы-24	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 п/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	13-56
70/35	Гуляш из свинины н/шк п/ф	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-5	34-13
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-250, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-49
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	1-95
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
Калорийность-1 242, Белки-46, Жиры-37, Углеводы-177			

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>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
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	17-04
54	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-127, Белки-4, Углеводы-27	3-06
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	16-88
70/35	Гуляш из свинины б/пл п/ф	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-5	34-13
200	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-333, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54	16-60
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	2-44
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00
Калорийность-1 632, Белки-53, Жиры-60, Углеводы-213			

Директор

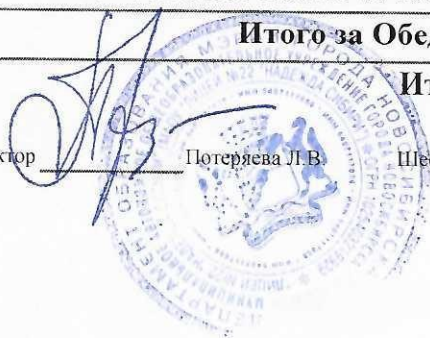
Петеряева Л.В.

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
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	17-04
57	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-134, Белки-4, Углеводы-28	3-25
Итого за Завтрак (1 смена)			85-00
<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	16-88
70/35	Гуляш из свинины б/пл п/ф	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-5	34-13
160	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-266, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-43	13-28
200	Компот из облепихи б/пл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
48,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-115, Белки-4, Углеводы-24	2-76
Итого за Обед (2 смена)			85-00
Итого за день			170-00
Калорийность-1 569, Белки-51, Жиры-56, Углеводы-206			

Директор



Потеряева И.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	13-40
250	Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	16-82
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	15-00
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
34	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-15
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-61
Итого за Обед		Калорийность-1 022, Белки-45, Жиры-36, Углеводы-126	113-05
Полдник			
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	2-54
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-43
Итого за Полдник		Калорийность-437, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-57	62-95
Итого за день		Калорийность-1 459, Белки-61, Жиры-52, Углеводы-183	176-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

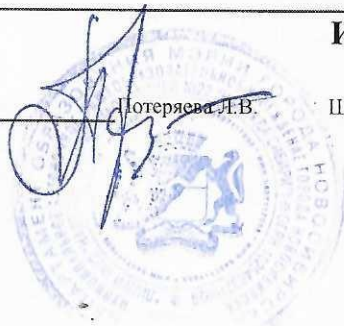
Брованова Н.В.



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)
<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	13-45
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
32	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-02
Итого за Обед		Калорийность-834, Белки-39, Жиры-32, Углеводы-96	99-08
<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	1-91
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-43
Итого за Полдник		Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52	55-92
Итого за день		Калорийность-1 211, Белки-52, Жиры-45, Углеводы-148	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	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	13-45
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	15-00
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
47,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-24	3-02
Итого за Обед			102-58
<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	1-91
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-43
Итого за Полдник			55-92
Итого за день			158-50

Директор

Потеряева 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>			
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	17-02
39	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-52
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 п/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	13-39
70/35	Гуляш из свинины н/шк п/ф	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-5	34-13
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-250, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-38
200	Компот из облепихи н/шк	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
35	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-23
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
Калорийность-1 227, Белки-46, Жиры-37, Углеводы-174			

Директор



Потряева 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>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
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	16-94
53	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-124, Белки-4, Углеводы-26	3-16
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	16-83
70/35	Гуляш из свинины б/пл п/ф	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-5	34-13
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
40,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-42
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00
Калорийность-1 624, Белки-53, Жиры-60, Углеводы-211			

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	13-40
250	Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	16-76
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	14-87
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
44	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	2-74
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-60
Итого за Обед		Калорийность-1 045, Белки-45, Жиры-36, Углеводы-131	113-44
<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	2-50
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-08
Итого за Полдник		Калорийность-437, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-57	62-56
Итого за день		Калорийность-1 482, Белки-61, Жиры-52, Углеводы-188	176-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

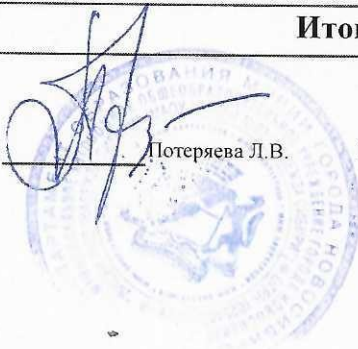
Брованова Н.В.



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	13-41
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	14-87
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-55
57	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-134, Белки-4, Углеводы-28	3-57
Итого за Обед		Калорийность-942, Белки-42, Жиры-33, Углеводы-116	102-96
<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	1-88
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-08
Итого за Полдник		Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52	55-54
Итого за день		Калорийность-1 319, Белки-55, Жиры-46, Углеводы-168	158-50

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.