

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 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
27	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-71
Итого за Завтрак (1 смена)			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	23-32
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
34	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-14
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
Калорийность-1 346, Белки-52, Жиры-57, Углеводы-183			

Директор



Потеряева Л.В.

Щеф-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	52-68
200	Рис с овощами б/пл п/ф	Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	19-66
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
52	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-122, Белки-4, Углеводы-26	2-96
50	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-26
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-1 027, Белки-31, Жиры-47, Углеводы-151	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	20-39
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	14-23
200	Сок персиковый б/пл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
45	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-58
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-856, Белки-38, Жиры-24, Углеводы-120	88-00
Итого за день		Калорийность-1 883, Белки-69, Жиры-71, Углеводы-271	176-00

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
115	Филе цыплят бройлеров запечённое б/пл	Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34	52-68
200	Рис с овощами б/пл п/ф	Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	19-66
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
52	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-122, Белки-4, Углеводы-26	2-96
50	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-26
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-862, Белки-26, Жиры-45, Углеводы-120	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	20-39
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	11-86
200	Сок персиковый б/пл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
34	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	1-95
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-785, Белки-36, Жиры-22, Углеводы-108	85-00
Итого за день		Калорийность-1 647, Белки-62, Жиры-67, Углеводы-228	170-00

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)
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	26-06
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
49,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	3-15
50	Хлеб бородинский овз	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-35
Итого за Обед		Калорийность-1 094, Белки-38, Жиры-63, Углеводы-123	128-43
Полдник			
235	Банан овз	Калорийность-225, Белки-4, Углеводы-53	29-63
200	Сок виноградный овз	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-361, Белки-5, Углеводы-86	47-57
Итого за день		Калорийность-1 455, Белки-43, Жиры-63, Углеводы-209	176-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

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	8-82
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-85
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
27	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-70
Итого за Обед			107-43
<u>Полдник</u>			
235	Банан овз	Калорийность-225, Белки-4, Углеводы-53	29-63
200	Сок виноградный овз	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник			47-57
Итого за день			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)
Обед			
60	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-82
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-85
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
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-92
Итого за Обед			110-93
Полдник			
235	Банан овз	Калорийность-225, Белки-4, Углеводы-53	29-63
200	Сок виноградный овз	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник			47-57
Итого за день			158-50

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

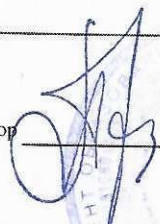
Брованова Н.В.



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>			
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	14-74
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-49
60	Булочка с маком н/шк	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-32	2-99
26	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-68
Итого за Завтрак (1 смена)			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	16-09
75	Шницель из курицы н/шк 2	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	23-33
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
34	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-15
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
Калорийность-1 344, Белки-52, Жиры-57, Углеводы-183			

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	19-66
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-48
120	Булочка с маком б/пл	Калорийность-330, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-63	5-99
50	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	3-00
50	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-18
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-1 022, Белки-31, Жиры-47, Углеводы-150	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	23-30
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-26
200	Сок персиковый б/пл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
42	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	2-51
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-849, Белки-38, Жиры-24, Углеводы-119	88-00
Итого за день		Калорийность-1 871, Белки-69, Жиры-71, Углеводы-269	176-00

Директор

Полгеряева 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)
Обед			
100	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-70
250/25	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-195, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15	25-48
115	Филе цыплят бройлеров запечённое овз	Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34	52-68
200	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	16-08
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	11-08
56	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-131, Белки-4, Углеводы-28	3-53
50	Хлеб бородинский овз	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-33
Итого за Обед		Калорийность-1 108, Белки-38, Жиры-63, Углеводы-126	127-88
Полдник			
235	Банан овз	Калорийность-225, Белки-4, Углеводы-53	30-18
200	Сок виноградный овз	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-361, Белки-5, Углеводы-86	48-12
Итого за день		Калорийность-1 469, Белки-43, Жиры-63, Углеводы-212	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	Винегрет с растительным маслом овз п/ф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-82
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф	Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-39
115	Филе цыплят бройлеров запечённое овз	Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34	52-68
180	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-47
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	11-08
47	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23	2-94
Итого за Обед		Калорийность-872, Белки-32, Жиры-56, Углеводы-90	110-38
<u>Полдник</u>			
235	Банан овз	Калорийность-225, Белки-4, Углеводы-53	30-18
200	Сок виноградный овз	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-361, Белки-5, Углеводы-86	48-12
Итого за день		Калорийность-1 233, Белки-37, Жиры-56, Углеводы-176	158-50

Директор


Погоряева Л.В.

Шеф-повар


Шаланова Е.Е.

Калькулятор


Брованова Н.В.