

## 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>			
35	<b>Сыр твердых сортов в нарезке н/шк</b>	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	<b>22-38</b>
150/75	<b>Плов с9 свиной н/шк п/ф</b>	Калорийность-421, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-39	<b>44-02</b>
200	<b>Чай с сахаром н/шк</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-33</b>
35	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	<b>2-27</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Горошек зеленый н/шк</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>3-77</b>
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне н/шк п/ф</b>	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	<b>15-83</b>
75	<b>Биточки (особые) п/ф н/шк</b>	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	<b>32-46</b>
150	<b>Макароны отварные н/шк</b>	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	<b>9-12</b>
200	<b>Компот из клубники н/шк</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-77</b>
62,5	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-148, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-31	<b>4-05</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>
			Калорийность-1 417, Белки-53, Жиры-53, Углеводы-166

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><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200/100	<b>Плов со свиной б/пл п/ф</b>	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-69
200	<b>Чай с сахаром б/пл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
37	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-40
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
100	<b>Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф</b>	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-78
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф</b>	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-71
75	<b>Биточки (особые) п/ф б/пл</b>	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-46
200	<b>Макароны отварные б/пл</b>	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-16
200	<b>Компот из клубники б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
57	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-134, Белки-4, Углеводы-28	3-69
50	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-43
<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><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
35	<b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
200/100	<b>Плов со свиной б/пл п/ф</b>	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-69
200	<b>Чай с сахаром б/пл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
40	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-60
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
100	<b>Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф</b>	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-78
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф</b>	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-71
75	<b>Биточки (особые) п/ф б/пл</b>	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	32-46
150	<b>Макароны отварные б/пл</b>	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-16
200	<b>Компот из клубники б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
57	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-134, Белки-4, Углеводы-28	3-69
50	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-43
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>170-00</b>
<small>Калорийность-1 800, Белки-64, Жиры-71, Углеводы-207</small>			

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)
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из моркови с яблоками овз п/ф</b>	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-78
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-60
200/100	<b>Плов со свиной овз п/ф</b>	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-69
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
57	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-134, Белки-4, Углеводы-28	3-67
40	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-54
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-1 065, Белки-40, Жиры-46, Углеводы-122	<b>101-05</b>
<b>Полдник</b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
40	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-59
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	29-38
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-449, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-59	<b>74-95</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 514, Белки-57, Жиры-61, Углеводы-181	<b>176-00</b>

Директор



Иобтерьева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

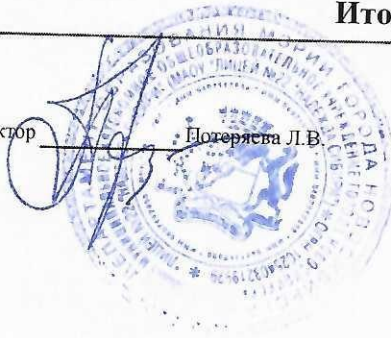
Брованова Н.В.

03.04.2023 (понедельник)

# 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>Салат из моркови с яблоками овз п/ф</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-47
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	15-68
190/95	<b>Плов со свиной овз п/ф</b>	Калорийность-533, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-49	55-75
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
68	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-159, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-33	4-43
<b>Итого за Обед</b>			<b>87-10</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-94
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	29-38
<b>Итого за Полдник</b>			<b>67-90</b>
<b>Итого за день</b>			<b>155-00</b>
		Калорийность-1 294, Белки-50, Жиры-52, Углеводы-157	

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>Салат из моркови с яблоками овз п/ф</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	<b>6-47</b>
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	<b>15-68</b>
200/100	<b>Плов со свиной овз п/ф</b>	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	<b>58-69</b>
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-77</b>
36	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	<b>2-34</b>
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-65</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-917, Белки-37, Жиры-40, Углеводы-102	<b>90-60</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	<b>19-18</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	<b>17-40</b>
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-94</b>
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	<b>29-38</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-389, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-54	<b>67-90</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1306, Белки-51, Жиры-52, Углеводы-156	<b>158-50</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



## Категория "1-4 классы" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
35	<b>Сыр твердых сортов в нарезке н/шк</b>	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	<b>22-38</b>
150/75	<b>Плов со свиной н/шк п/ф</b>	Калорийность-421, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-39	<b>44-02</b>
200	<b>Чай с сахаром н/шк</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-33</b>
35	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	<b>2-27</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Горошек зеленый н/шк</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>3-77</b>
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне н/шк п/ф</b>	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	<b>15-66</b>
75	<b>Биточки (особые) п/ф н/шк</b>	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	<b>32-46</b>
160	<b>Макароны отварные н/шк</b>	Калорийность-210, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-35	<b>9-72</b>
200	<b>Компот из клубники н/шк</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-77</b>
56	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-131, Белки-4, Углеводы-28	<b>3-62</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>
Калорийность-1 413, Белки-53, Жиры-52, Углеводы-165			

Директор



Иотеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

# Категория "Многодетные от 11 лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	<b>25-58</b>
200/100	<b>Плов со свиной б/пл п/ф</b>	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	<b>58-69</b>
200	<b>Чай с сахаром б/пл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-33</b>
37	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	<b>2-40</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
100	<b>Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф</b>	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	<b>10-77</b>
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф</b>	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	<b>19-68</b>
75	<b>Биточки (особые) п/ф б/пл</b>	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	<b>32-46</b>
200	<b>Макароны отварные б/пл</b>	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	<b>12-16</b>
200	<b>Компот из клубники б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-77</b>
58	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-136, Белки-4, Углеводы-29	<b>3-77</b>
50	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	<b>4-39</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.

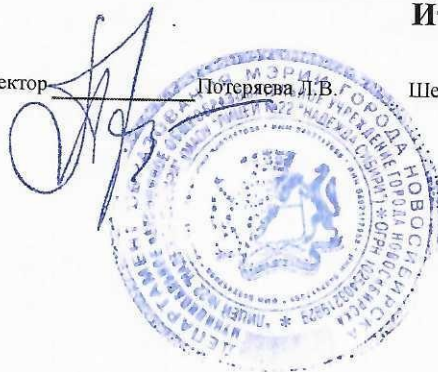




# Категория "ОВЗ и инв. от 12лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из моркови с яблоками овз п/ф</b>	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-78
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-69
210/105	<b>Плов со свиной овз п/ф</b>	Калорийность-589, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-54	61-62
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
32	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-07
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-64
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-1 014, Белки-38, Жиры-46, Углеводы-109	<b>101-57</b>
<b>Полдник</b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
32	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-06
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	29-39
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-430, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-55	<b>74-43</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 444, Белки-54, Жиры-61, Углеводы-164	<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>Салат из моркови с яблоками овз п/ф</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-47
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	15-75
200/100	<b>Плов со свиной овз п/ф</b>	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-69
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
35	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-27
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-64
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-915, Белки-37, Жиры-40, Углеводы-101	<b>90-59</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-94
210	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	29-39
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-389, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-54	<b>67-91</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 304, Белки-51, Жиры-52, Углеводы-155	<b>158-50</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

