

Категория "1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
25	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	6-54
50/25 2	Гуляш из говядины п/ф н/шк	Калорийность-117, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-3	46-10
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-250, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-36
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-56
38	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-44
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Кукуруза сахарная н/шк	Калорийность-5, Углеводы-1	3-32
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне н/шк п/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-39
75	Тефтели (2-вариант) н/шк п/ф	Калорийность-248, Белки-9, Жиры-19, Углеводы-10	28-11
150	Рис отварной н/шк	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из брусники н/шк	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
40	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-62
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

Категория "Многодетные от 11 лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	ЭН. ЦЕН. (ккал), белки (г), углеводы (г), ВИТАМИНЫ (МГ), микроэлементы (МГ)	Стоимость питания
Завтрак (1 смена)			
15	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-2	2-93
70/35	Гуляш из говядины п/ф б/пл	Калорийность-123, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-4	64-51
190	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-316, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-52	15-68
200	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-28, Углеводы-7	2-57
36	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-31
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-553, Белки-20, Жиры-16, Углеводы-81	88-00
Обед (2 смена)			
100	Икра свекольная б/пл п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-40
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	21-86
75	Тефтели (2-вариант) б/пл п/ф	Калорийность-248, Белки-9, Жиры-19, Углеводы-10	28-11
200	Рис отварной б/пл	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	15-53
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
34	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-19
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-884, Белки-21, Жиры-38, Углеводы-112	88-00
Итого за день		Калорийность-1 437, Белки-41, Жиры-54, Углеводы-193	176-00

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

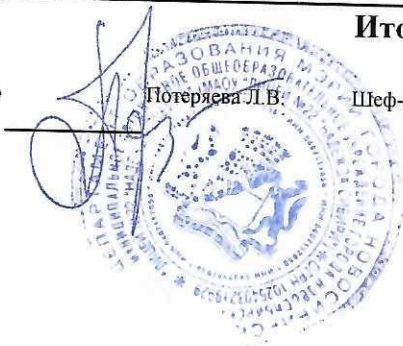
Калькулятор

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
Завтрак (1 смена)			
15	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-2	2-93
70/35	Гуляш из говядины п/ф б/пл	Калорийность-123, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-4	64-51
150	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-250, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-38
200	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-28, Углеводы-7	2-57
40	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-61
Итого за Завтрак (1 смена)			85-00
Обед (2 смена)			
100	Икра свекольная б/пл п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-40
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	21-86
75	Тефтели (2-вариант) б/пл п/ф	Калорийность-248, Белки-9, Жиры-19, Углеводы-10	28-11
160	Рис отварной б/пл	Калорийность-217, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-39	12-42
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
35	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-30
Итого за Обед (2 смена)			85-00
Итого за день			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
<u>Обед</u>			
100	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-40
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-17	21-80
70/35	Гуляш из говядины овз п/ф 2		64-54
200	Рис отварной овз	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	15-53
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
44	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	2-85
50	Хлеб бородинский овз	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-43
Итого за Обед		Калорийность-782, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-127	129-46
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-60
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	46-54
Итого за день		Калорийность-1 126, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-209	176-00

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
<u>Обед</u>			
60	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-04
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-44
65/32,5	Гуляш из говядины овз п/ф 2		60-24
150	Рис отварной овз	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
50	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	3-25
50	Хлеб бородинский овз	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-43
Итого за Обед		Калорийность-650, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-110	111-96
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-60
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	46-54
Итого за день		Калорийность-994, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-192	158-50

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

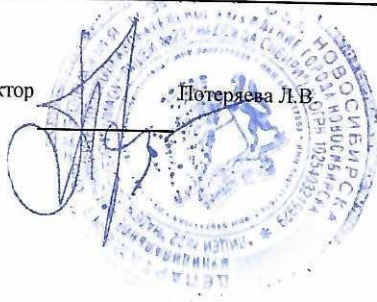
Калькулятор

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
<u>Обед</u>			
60	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-04
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-44
65/32,5	Гуляш из говядины овз п/ф 2		60-24
150	Рис отварной овз	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
65	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-152, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-32	4-18
Итого за Обед		Калорийность-586, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-97	108-46
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-60
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	46-54
Итого за день		Калорийность-930, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-179	155-00

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

[Signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Signature]

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
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
25	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	6-74
50/25	Гуляш из говядины п/ф н/шк 2	Калорийность-117, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-3	46-10
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-250, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-38
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-56
34	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-22
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Кукуруза сахарная н/шк	Калорийность-5, Углеводы-1	3-32
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне н/шк п/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-45
75	Тефтели (2-вариант) н/шк п/ф	Калорийность-248, Белки-9, Жиры-19, Углеводы-10	28-11
150	Рис отварной н/шк	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из брусники н/шк	Калорийность-33, Углеводы-8	6-93
39	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-54
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
Директор _____ Потеряева Д.В.		Шеф-повар <u>Е.Е.</u> Шаланова Е.Е.	Калькулятор <u>Н.В.</u> 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
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
15	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-2	3-98
70/35	Гуляш из говядины п/ф б/пл	Калорийность-123, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-4	64-51
180	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-299, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-49	14-86
200	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-28, Углеводы-7	2-55
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-10
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Икра свекольная б/пл п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-40
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	21-86
75	Тефтели (2-вариант) б/пл п/ф	Калорийность-248, Белки-9, Жиры-19, Углеводы-10	28-11
200	Рис отварной б/пл	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	15-53
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	6-97
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-13
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

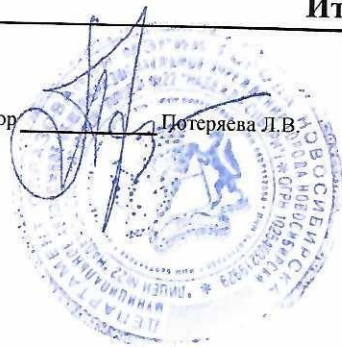
Брованова Н.В.



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
<u>Обед</u>			
100	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-40
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-17	21-78
70/35	Гуляш из говядины овз п/ф 2		64-53
200	Рис отварной овз	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	15-53
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	6-92
45	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-90
50	Хлеб бородинский овз	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-40
Итого за Обед		Калорийность-784, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-127	129-46
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-60
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	46-54
Итого за день		Калорийность-1 128, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-209	176-00

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

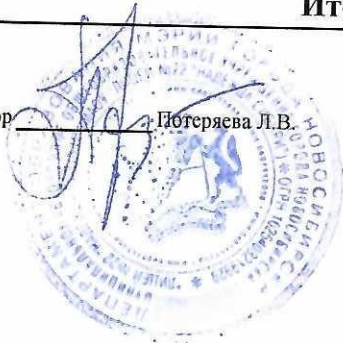
Калькулятор

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
<u>Обед</u>			
60	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-04
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-42
65/32,5	Гуляш из говядины овз п/ф 2		60-23
170	Рис отварной овз	Калорийность-231, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-41	13-20
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	6-92
41	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-63
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-52
Итого за Обед		Калорийность-636, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-106	111-96
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-60
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	46-54
Итого за день		Калорийность-980, Белки-20, Жиры-16, Углеводы-188	158-50

Директор



Погоряева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

Брованова Н.В.