

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>			
15	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4	9-59
140	Омлет натуральный н/шк	Калорийность-210, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-3	25-90
180	Какао с молоком сгущенным н/шк	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	15-66
150	Яблоко н/шк	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-15
26	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-70
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-1	2-57
200	Суп картофельный с макаронными изделиями н/шк п/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	13-44
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	11-93
180	Сок яблочный н/шк	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18	16-14
40	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-59
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.



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)
Завтрак (1 смена)			
20	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-79
200	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	37-05
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	17-22
55	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-129, Белки-4, Углеводы-27	3-54
Итого за Завтрак (1 смена)			Калорийность-702, Белки-30, Жиры-34, Углеводы-68
			88-00
Обед (2 смена)			
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
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	14-11
200	Сок яблочный б/пл	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	17-94
38	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-42
Итого за Обед (2 смена)			Калорийность-845, Белки-36, Жиры-21, Углеводы-125
			88-00
Итого за день			Калорийность-1 547, Белки-66, Жиры-55, Углеводы-193
			176-00

Директор

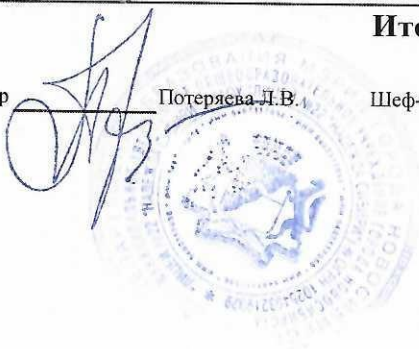
Потеряева Д.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Категория "Многодетные 7-11лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-79
190	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-286, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-4	35-20
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	17-22
37	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-39
Итого за Завтрак (1 смена)			85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Икра морковная б/пл п/ф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-04
250	Суп картофельный с макаронными изделиями б/пл п/ф	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	16-83
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	14-11
200	Сок яблочный б/пл	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	17-94
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-13
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-65
Итого за Обед (2 смена)			85-00
Итого за день			170-00
Калорийность-1 492, Белки-65, Жиры-51, Углеводы-189			

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Категория "ОВЗ и инв. от 12лет" Сов.63

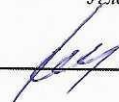
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-40
250	Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	16-89
75	Шницель из курицы овз	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	23-18
200	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	15-74
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	11-08
48	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-24	3-08
50	Хлеб бородинский овз	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-42
Итого за Обед			87-79
<u>Полдник</u>			
105	Запеканка из творога овз	Калорийность-212, Белки-21, Жиры-7, Углеводы-15	40-91
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	29-36
Итого за Полдник			88-21
Итого за день			176-00
Калорийность-1 373, Белки-64, Жиры-29, Углеводы-208			

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)
Обед			
60	Икра морковная овз н/ф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-04
200	Суп картофельный с макаронными изделиями овз н/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	13-51
75	Шницель из курицы овз	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	23-18
150	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-80
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	11-08
37	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-37
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-65
Итого за Обед			72-63
Полдник			
90	Запеканка из творога овз	Калорийность-182, Белки-18, Жиры-6, Углеводы-13	35-07
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	29-36
Итого за Полдник			82-37
Итого за день			155-00
Калорийность-1 124, Белки-54, Жиры-22, Углеводы-171			

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	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	13-51
75	Шницель из курицы овз	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	23-18
170	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	13-38
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	11-08
53	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-124, Белки-4, Углеводы-26	3-40
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-54
Итого за Обед			76-13
Полдник			
90	Запеканка из творога овз	Калорийность-182, Белки-18, Жиры-6, Углеводы-13	35-07
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	29-36
Итого за Полдник			82-37
Итого за день			158-50

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

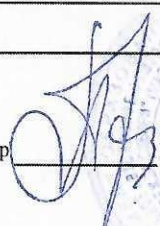
Калькулятор

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>			
15	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4	9-59
140	Омлет натуральный н/шк	Калорийность-210, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-3	25-92
180	Какао с молоком сгущенным н/шк	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	15-66
150	Яблоко н/шк	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-23
25	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-60
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-1	2-62
200	Суп картофельный с макаронными изделиями н/шк н/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	13-47
75	Шницель из курицы н/шк 2	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	23-21
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-80
180	Сок яблочный н/шк	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18	16-14
43	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	2-76
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00

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>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-79
200	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	36-99
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	17-14
57	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-134, Белки-4, Углеводы-28	3-68
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	16-82
75	Шницель из курицы б/пл 2	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	23-34
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-04
200	Сок яблочный б/пл	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	17-94
38,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-46
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00
Калорийность-1 554, Белки-66, Жиры-55, Углеводы-194			

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	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	16-75
75	Шницель из курицы овз	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	23-05
200	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	15-58
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	11-08
54	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-127, Белки-4, Углеводы-27	3-50
50	Хлеб бородинский овз	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-40
Итого за Обед			87-76
<u>Полдник</u>			
105	Запеканка из творога овз	Калорийность-212, Белки-21, Жиры-7, Углеводы-15	40-90
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	29-40
Итого за Полдник			88-24
Итого за день			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)
Обед			
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	13-40
75	Шницель из курицы овз	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-3, Углеводы-10	23-05
160	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38	12-47
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	11-08
57	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-134, Белки-4, Углеводы-28	3-66
50	Хлеб бородинский овз	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-40
Итого за Обед		Калорийность-831, Белки-36, Жиры-18, Углеводы-128	76-10
Полдник			
90	Запеканка из творога овз	Калорийность-182, Белки-18, Жиры-6, Углеводы-13	35-06
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	29-40
Итого за Полдник		Калорийность-395, Белки-21, Жиры-6, Углеводы-63	82-40
Итого за день		Калорийность-1 226, Белки-57, Жиры-24, Углеводы-191	158-50

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.

