

## 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>			
10	<b>Помидор в нарезке н/шк</b>	Калорийность-2	2-25
120/60	<b>Картофельная запеканка с говядиной н/шк п/ф</b>	Калорийность-321, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-15	59-31
200	<b>Напиток из шиповника н/шк</b>	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
27	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-75
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
10	<b>Горошек зеленый н/шк</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	2-51
200	<b>Суп гороховый на курином бульоне н/шк п/ф</b>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-16
70	<b>Котлета рыбная (кета) н/шк 2</b>	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-64
150	<b>Рис отварной н/шк</b>	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
180	<b>Компот из клубники н/шк</b>	Калорийность-26, Углеводы-7	4-29
27	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-75
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>

Директор

Котомчина Т.А.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



# Категория "Многдетные от 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>			
15	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-38
150/75	Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	74-17
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
24	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-55
25	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10	2-21
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-575, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-56	<b>88-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
80	Салат из свежих помидоров и огурцов б/пл п/ф	Калорийность-50, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	17-30
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	13-95
70	Котлета рыбная (кета) б/пл 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-64
150	Рис отварной б/пл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
180	Компот из клубники б/пл	Калорийность-26, Углеводы-7	4-29
34	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-17
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-641, Белки-28, Жиры-20, Углеводы-88	<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 216, Белки-59, Жиры-46, Углеводы-144	<b>176-00</b>



Директор \_\_\_\_\_ Л.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Котомчина Т.А.

Калькулятор \_\_\_\_\_

Брованова Н.В.

# Категория "Многдетные 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>			
10	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-2	2-25
150/75	Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	74-17
180	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-02
40	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-56
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов б/пл п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	12-97
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	13-95
70	Котлета рыбная (кета) б/пл 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-64
150	Рис отварной б/пл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
47	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23	3-02
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>170-00</b>
Калорийность-1 218, Белки-59, Жиры-45, Углеводы-146			

Директор



Шеф-повар

*[Handwritten signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Handwritten signature]*

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	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	21-88
250	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	13-95
170/85	Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф	Калорийность-500, Белки-35, Жиры-35, Углеводы-25	84-07
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
33	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-13
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-894, Белки-49, Жиры-46, Углеводы-83	<b>129-46</b>
<b>Полдник</b>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-60
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>46-54</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 238, Белки-53, Жиры-46, Углеводы-165	<b>176-00</b>

Директор



Шеф-повар

*[Handwritten signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Handwritten signature]*

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)
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф</b>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	13-13
200	<b>Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-16
150/75	<b>Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф</b>	Калорийность-441, Белки-31, Жиры-31, Углеводы-22	74-18
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
40	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-56
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-794, Белки-44, Жиры-39, Углеводы-79	<b>108-46</b>
<b>Полдник</b>			
220	<b>Банан овз</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-60
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>46-54</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 138, Белки-48, Жиры-39, Углеводы-161	<b>155-00</b>

Директор \_\_\_\_\_



Шеф-повар \_\_\_\_\_

*[Handwritten signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор \_\_\_\_\_

*[Handwritten signature]*

Брованова Н.В.

# Категория "ОВЗ и инв. 1-4класс" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
70	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф</b>	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	15-32
200	<b>Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-16
150/75	<b>Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф</b>	Калорийность-441, Белки-31, Жиры-31, Углеводы-22	74-18
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
46	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	2-98
40	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-834, Белки-45, Жиры-41, Углеводы-86	<b>111-96</b>
<b>Полдник</b>			
220	<b>Банан овз</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-60
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>46-54</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 178, Белки-49, Жиры-41, Углеводы-168	<b>158-50</b>

Директор \_\_\_\_\_



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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
10	<b>Помидор в нарезке н/шк</b>	Калорийность-2	2-23
120/60	<b>Картофельная запеканка с говядиной н/шк п/ф</b>	Калорийность-321, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-15	59-33
200	<b>Напиток из шиповника н/шк</b>	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
27	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-75
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
10	<b>Горошек зеленый н/шк</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	2-51
200	<b>Суп гороховый на курином бульоне н/шк п/ф</b>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-16
70	<b>Котлета рыбная (кета) н/шк 2</b>	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-64
150	<b>Рис отварной н/шк</b>	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
180	<b>Компот из клубники н/шк</b>	Калорийность-26, Углеводы-7	4-29
27	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-75
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>

Директор



Шеф-повар

*Е.Е. Шаланова*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В. Брованова*

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)
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
15	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-38
150/75	Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	74-17
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
24	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-55
25	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10	2-21
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b>Обед ( 2 смена )</b>			
80	Салат из свежих помидоров и огурцов б/пл п/ф	Калорийность-50, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	17-33
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	13-95
70	Котлета рыбная (кета) б/пл 2	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	38-63
150	Рис отварной б/пл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
180	Компот из клубники б/пл	Калорийность-26, Углеводы-7	4-29
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-15
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>176-00</b>
Калорийность-1 213, Белки-59, Жиры-46, Углеводы-143			

Директор



Шеф-повар

*С.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)
<b>Обед</b>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	21-89
250	Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	13-95
170/85	Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф	Калорийность-500, Белки-35, Жиры-35, Углеводы-25	84-06
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
33	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-14
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-894, Белки-49, Жиры-46, Углеводы-83	<b>129-47</b>
<b>Полдник</b>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-59
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>46-53</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 238, Белки-53, Жиры-46, Углеводы-165	<b>176-00</b>

Директор



Шеф-повар

*Е.Е. Шаланова*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В. Брованова*

Брованова Н.В.

# Категория "ОВЗ и инв. 1-4класс" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
70	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф</b>	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	15-32
200	<b>Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	11-16
150/75	<b>Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф</b>	Калорийность-441, Белки-31, Жиры-31, Углеводы-22	74-19
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
46	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	2-98
40	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-834, Белки-45, Жиры-41, Углеводы-86	<b>111-97</b>
<b>Полдник</b>			
220	<b>Банан овз</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-59
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>46-53</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1178, Белки-49, Жиры-41, Углеводы-168	<b>158-50</b>

Директор



Шеф-повар

*Е.Е. Шаланова*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В. Брованова*

Брованова Н.В.