

Категория "1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (1 смена)			
25	Перец болгарский в нарезке н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	7-34
130	Голень цыплят бройлеров запечённая н/шк	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	38-46
150	Картофельное пюре н/шк н/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
54	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-127, Белки-4, Углеводы-27	3-48
Итого за Завтрак (1 смена)			Калорийность-641, Белки-34, Жиры-31, Углеводы-54 70-00
Обед (2 смена)			
25	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-5, Углеводы-1	5-64
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой н/шк н/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-38
90	Курица тушеная с морковью н/шк н/ф	Калорийность-114, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-4	26-11
150	Макаронны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
180	Компот из кураги н/шк	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-14	6-73
31	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-02
Итого за Обед (2 смена)			Калорийность-606, Белки-28, Жиры-19, Углеводы-79 70-00
Итого за день			Калорийность-1 247, Белки-62, Жиры-50, Углеводы-133 140-00

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-1	8-81
130	Голень цыплят бройлеров запечённая б/пл	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	38-45
200	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	25-85
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-13
41	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-65
35	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	3-11
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-818, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-79	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Винегрет с растительным маслом б/пл п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-70
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-38
100	Курица тушеная с морковью б/пл п/ф	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	28-98
180	Макароны отварные б/пл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	10-94
200	Компот из кураги б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-48
37	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-41
35	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	3-11
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-854, Белки-34, Жиры-30, Углеводы-110	88-00
Итого за день		Калорийность-1 672, Белки-72, Жиры-67, Углеводы-189	176-00

Директор

Петряева 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>			
30	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-1	8-81
130	Голень цыплят бройлеров запечённая б/пл	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	38-45
180	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	23-27
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-13
34	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-23
35	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	3-11
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-783, Белки-38, Жиры-36, Углеводы-74	85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Винегрет с растительным маслом б/пл п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-70
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-38
100	Курица тушеная с морковью б/пл п/ф	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	28-98
150	Макароны отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-14
180	Компот из кураги б/пл	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-14	6-74
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
35	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	3-11
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-791, Белки-32, Жиры-29, Углеводы-99	85-00
Итого за день		Калорийность-1 574, Белки-70, Жиры-65, Углеводы-173	170-00

Директор



Почерк

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

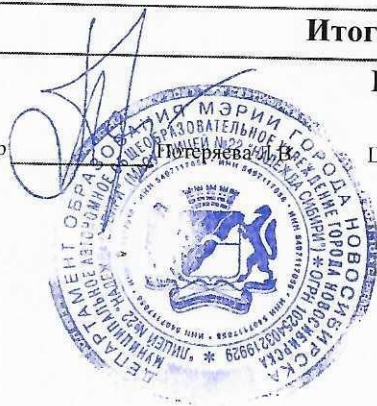
[Handwritten signature]

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)
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	25-51
130	Голень цыплят бройлеров запечённая овз	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	38-45
200	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	25-85
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-38
33	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-15
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед			116-70
Полдник			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-27
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-25
Итого за Полдник			59-30
Итого за день			176-00

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)
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	20-41
130	Голень цыплят бройлеров запечённая овз	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	38-45
150	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
180	Компот из кураги овз	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-14	6-64
31	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	1-99
Итого за Обед		Калорийность-837, Белки-41, Жиры-45, Углеводы-65	95-70
Полдник			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-27
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-25
Итого за Полдник		Калорийность-407, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-54	59-30
Итого за день		Калорийность-1 244, Белки-56, Жиры-59, Углеводы-119	155-00

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>			
25	Перец болгарский в нарезке н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	7-34
130	Голень цыплят бройлеров запечённая н/шк	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	38-45
150	Картофельное пюре н/шк п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
54	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-127, Белки-4, Углеводы-27	3-49
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
25	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-5, Углеводы-1	5-61
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой н/шк п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-38
90	Курица тушеная с морковью н/шк п/ф	Калорийность-114, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-4	26-07
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
180	Компот из кураги н/шк	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-14	6-74
32	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-08
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
			Калорийность-1 249, Белки-62, Жиры-50, Углеводы-134

Директор

Потеряев Д.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>			
30	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-1	8-81
130	Голень цыплят бройлеров запечённая б/пл	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	38-47
200	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	25-85
200	Чай со сгущённым молоком б/пл	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	9-13
41	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-64
35	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	3-10
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-818, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-79	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Винегрет с растительным маслом б/пл п/ф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-70
200/20	Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф	Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	20-38
100	Курица тушеная с морковью б/пл п/ф	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	29-00
180	Макароньы отварные б/пл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	10-94
200	Компот из кураги б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-48
37	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-40
35	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	3-10
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-854, Белки-34, Жиры-30, Углеводы-110	88-00
Итого за день		Калорийность-1 672, Белки-72, Жиры-67, Углеводы-189	176-00

Директор

Поперяева 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
130	Голень цыплят бройлеров запечённая овз	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	38-45
200	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	25-85
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-48
32	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-09
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед			Калорийность-1 036, Белки-46, Жиры-53, Углеводы-92 116-71
Полдник			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-27
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-24
Итого за Полдник			Калорийность-407, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-54 59-29
Итого за день			Калорийность-1 443, Белки-61, Жиры-67, Углеводы-146 176-00

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Свет

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

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	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	20-38
130	Голень цыплят бройлеров запечённая овз	Калорийность-342, Белки-27, Жиры-26	38-45
150	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
180	Компот из кураги овз	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-14	6-73
36	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-33
35	Хлеб бородинский овз	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	3-11
Итого за Обед		Калорийность-917, Белки-44, Жиры-45, Углеводы-82	99-21
Полдник			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-27
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-24
Итого за Полдник		Калорийность-407, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-54	59-29
Итого за день		Калорийность-1324, Белки-59, Жиры-59, Углеводы-136	158-50

Директор



Иванова Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.