

## 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



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

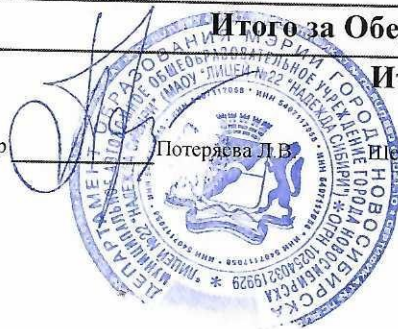
Калькулятор

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>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	1-54
25	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10	2-22
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-575, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-56	<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	17-67
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
28	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-80
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-627, Белки-27, Жиры-20, Углеводы-85	<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 202, Белки-58, Жиры-46, Углеводы-141	<b>176-00</b>

Директор



Потеряева Л.В.

Повар

*[Handwritten signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Handwritten signature]*

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>Завтрак ( 1 смена )</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
39,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-56
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b>Обед ( 2 смена )</b>			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов б/пл п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	13-25
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
42	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	2-74
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>170-00</b>
Калорийность-1 206, Белки-58, Жиры-45, Углеводы-144			

Директор

Потеряева И.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

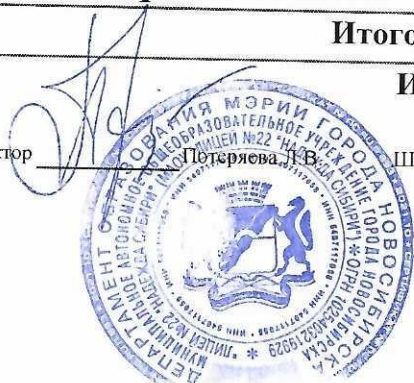
Брованова Н.В.



# 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 свежих помидоров и огурцов овз п/ф</b>	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	<b>22-10</b>
250	<b>Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	<b>13-95</b>
170/85	<b>Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф</b>	Калорийность-500, Белки-35, Жиры-35, Углеводы-25	<b>84-07</b>
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-77</b>
29,5	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-91</b>
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-66</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-887, Белки-48, Жиры-46, Углеводы-82	<b>129-46</b>
<b>Полдник</b>			
220	<b>Банан овз</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	<b>28-60</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>17-94</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>46-54</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 231, Белки-52, Жиры-46, Углеводы-164	<b>176-00</b>

Директор



Петерьева Е.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)
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф</b>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	<b>13-26</b>
200	<b>Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	<b>11-16</b>
150/75	<b>Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф</b>	Калорийность-441, Белки-31, Жиры-31, Углеводы-22	<b>74-18</b>
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-77</b>
37,5	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	<b>2-43</b>
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-66</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-789, Белки-44, Жиры-39, Углеводы-78	<b>108-46</b>
<b>Полдник</b>			
220	<b>Банан овз</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	<b>28-60</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>17-94</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>46-54</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 133, Белки-48, Жиры-39, Углеводы-160	<b>155-00</b>

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар



Котомчина Т.А.

Калькулятор



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	<b>15-47</b>
200	<b>Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	<b>11-16</b>
150/75	<b>Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф</b>	Калорийность-441, Белки-31, Жиры-31, Углеводы-22	<b>74-18</b>
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-77</b>
43,5	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	<b>2-83</b>
40	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	<b>3-55</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-829, Белки-45, Жиры-41, Углеводы-85	<b>111-96</b>
<b>Полдник</b>			
220	<b>Банан овз</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	<b>28-60</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>17-94</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>46-54</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 173, Белки-49, Жиры-41, Углеводы-167	<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	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

Потеряева 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>			
15	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-37
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	2-22
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<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	17-63
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
28	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-84
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>176-00</b>
		Калорийность-1 202, Белки-58, Жиры-46, Углеводы-141	

Директор



Потряева И.В.

Шеф-повар

*В.С.*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В.*

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 свежих помидоров и огурцов овз п/ф</b>	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	<b>22-07</b>
250	<b>Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	<b>13-95</b>
170/85	<b>Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф</b>	Калорийность-500, Белки-35, Жиры-35, Углеводы-25	<b>84-06</b>
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-77</b>
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-95</b>
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-66</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-887, Белки-48, Жиры-46, Углеводы-82	<b>129-46</b>
<b>Полдник</b>			
220	<b>Банан овз</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	<b>28-60</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>17-94</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>46-54</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 231, Белки-52, Жиры-46, Углеводы-164	<b>176-00</b>

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

*Handwritten signature*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

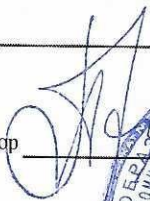
*Handwritten signature*

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	<b>15-45</b>
200	<b>Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	<b>11-16</b>
150/75	<b>Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф</b>	Калорийность-441, Белки-31, Жиры-31, Углеводы-22	<b>74-17</b>
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-77</b>
44	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	<b>2-86</b>
40	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	<b>3-55</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-829, Белки-45, Жиры-41, Углеводы-85	<b>111-96</b>
<b>Полдник</b>			
220	<b>Банан овз</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	<b>28-60</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>17-94</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	<b>46-54</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 173, Белки-49, Жиры-41, Углеводы-167	<b>158-50</b>

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар



Шаланова Е.Е.

Калькулятор



Брованова Н.В.

