

# 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>   |  |   |                         |
| 105                               | <b>Филе цыплят бройлеров запечённое (нач.шк)</b>     | Калорийность-205, Белки-9, Жиры-31  | <b>47-26</b>            |
| 150                               | <b>Рис с овощами н/шк п/ф</b>                        | Калорийность-168, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-26                              | <b>14-74</b>            |
| 200                               | <b>Чай с лимоном и сахаром н/шк</b>                  | Калорийность-28, Углеводы-7   | <b>2-56</b>             |
| 60                                | <b>Булочка с маком н/шк</b>                          | Калорийность-165, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-32                              | <b>2-99</b>             |
| 38                                | <b>Хлеб пшеничный н/шк</b>                           | Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19                                       | <b>2-45</b>             |
| <b>Итого за Завтрак (1 смена)</b> |  | Калорийность-655, Белки-20, Жиры-39, Углеводы-84                            | <b>70-00</b>            |
| <b><u>Обед (2 смена)</u></b>      |  |   |                         |
| 200/10                            | <b>Суп картофельный с крупой и сайрой н/шк п/ф 3</b> | Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12                              | <b>16-09</b>            |
| 80                                | <b>Шницель из курицы н/шк 2</b>                      | Калорийность-135, Белки-15, Жиры-3, Углеводы-11                             | <b>24-50</b>            |
| 150                               | <b>Каша гречневая рассыпчатая н/шк</b>               | Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36                              | <b>11-70</b>            |
| 180                               | <b>Сок персиковый н/шк</b>                           | Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30                                      | <b>16-14</b>            |
| 24                                | <b>Хлеб пшеничный н/шк</b>                           | Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12                                       | <b>1-57</b>             |
| <b>Итого за Обед (2 смена)</b>    |  | Калорийность-702, Белки-33, Жиры-18, Углеводы-101                           | <b>70-00</b>            |
| <b>Итого за день</b>              |  | Калорийность-1357, Белки-53, Жиры-57, Углеводы-185                          | <b>140-00</b>           |

Директор



Шеф-повар

*[Handwritten signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Handwritten signature]*

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) |
|-------------------------------------|--|---|-------------------------|
| <b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>   |  |   |                         |
| 115                                 | <b>Филе цыплят бройлеров запечённое б/пл</b>         | Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34   | 51-75                   |
| 200                                 | <b>Рис с овощами б/пл п/ф</b>                        | Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35                              | 19-66                   |
| 200                                 | <b>Чай с лимоном и сахаром б/пл</b>                  | Калорийность-28, Углеводы-7   | 2-56                    |
| 120                                 | <b>Булочка с маком б/пл</b>                          | Калорийность-330, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-63                             | 5-99                    |
| 55                                  | <b>Хлеб пшеничный б/пл</b>                           | Калорийность-129, Белки-4, Углеводы-27                                      | 3-60                    |
| 50                                  | <b>Хлеб бородинский б/пл</b>                         | Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20                               | 4-44                    |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |  | Калорийность-1 034, Белки-31, Жиры-47, Углеводы-152                         | <b>88-00</b>            |
| <b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>      |  |   |                         |
| 15                                  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>             | Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4  | 9-59                    |
| 200/20                              | <b>Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф</b> | Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12                              | 20-38                   |
| 80                                  | <b>Шницель из курицы б/пл 2</b>                      | Калорийность-135, Белки-15, Жиры-3, Углеводы-11                             | 24-49                   |
| 180                                 | <b>Каша гречневая рассыпчатая б/пл</b>               | Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43                             | 14-03                   |
| 200                                 | <b>Сок персиковый б/пл</b>                           | Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33                                      | 17-94                   |
| 24                                  | <b>Хлеб пшеничный б/пл</b>                           | Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12                                       | 1-57                    |
| <b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>    |  | Калорийность-816, Белки-38, Жиры-24, Углеводы-111                           | <b>88-00</b>            |
| <b>Итого за день</b>                |  | Калорийность-1 850, Белки-69, Жиры-71, Углеводы-263                         | <b>176-00</b>           |

Директор




Котомчина Т.А.

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)                             |
|-------------------------------------|---|---|---|
| <b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>   |   |   |   |
| 115                                 | Филе цыплят бройлеров запечённое б/пл         | Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34   | 51-75   |
| 200                                 | Рис с овощами б/пл п/ф                        | Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35                              | 19-66   |
| 200                                 | Чай с лимоном и сахаром б/пл                  | Калорийность-28, Углеводы-7   | 2-56  |
| 60                                  | Булочка с маком б/пл                          | Калорийность-165, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-32                              | 2-99  |
| 55                                  | Хлеб пшеничный б/пл                           | Калорийность-129, Белки-4, Углеводы-27                                      | 3-60  |
| 50                                  | Хлеб бородинский б/пл                         | Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20                               | 4-44  |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |   |   | <b>85-00</b>  |
| <b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>      |   |   |   |
| 15                                  | Сыр твердых сортов в нарезке б/пл             | Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4  | 9-59  |
| 200/20                              | Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф | Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12                              | 20-38   |
| 80                                  | Шницель из курицы б/пл 2                      | Калорийность-135, Белки-15, Жиры-3, Углеводы-11                             | 24-49   |
| 150                                 | Каша гречневая рассыпчатая б/пл               | Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36                              | 11-69   |
| 180                                 | Сок персиковый б/пл                           | Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30                                      | 16-14   |
| 42                                  | Хлеб пшеничный б/пл                           | Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21                                       | 2-71  |
| <b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>    |   |   | <b>85-00</b>  |
| <b>Итого за день</b>                |   |   | <b>170-00</b>                                       |
|                                     |   |   | Калорийность-1 668, Белки-63, Жиры-67, Углеводы-231 |

Директор



Шеф-повар

*[Signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[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                     | <b>Винегрет с растительным маслом овз п/ф</b>     | Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7                               | <b>14-70</b>            |
| 250/25                  | <b>Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф</b> | Калорийность-195, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15                             | <b>25-49</b>            |
| 115                     | <b>Филе цыплят бройлеров запечённое овз</b>       | Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34   | <b>51-97</b>            |
| 200                     | <b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>             | Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48                             | <b>15-60</b>            |
| 200                     | <b>Компот из смородины овз</b>                    | Калорийность-35, Углеводы-8   | <b>10-86</b>            |
| 59                      | <b>Хлеб пшеничный овз</b>                         | Калорийность-138, Белки-4, Углеводы-29                                      | <b>3-80</b>             |
| 50                      | <b>Хлеб бородинский овз</b>                       | Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20                               | <b>4-44</b>             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-1 115, Белки-38, Жиры-63, Углеводы-127                         | <b>126-86</b>           |
| <b>Полдник</b>          |   |   |                         |
| 240                     | <b>Банан овз</b>                                  | Калорийность-229, Белки-4, Углеводы-54                                      | <b>31-20</b>            |
| 200                     | <b>Сок виноградный овз</b>                        | Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33                                      | <b>17-94</b>            |
| <b>Итого за Полдник</b> |   | Калорийность-365, Белки-5, Углеводы-87                                      | <b>49-14</b>            |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1 480, Белки-43, Жиры-63, Углеводы-214                         | <b>176-00</b>           |

Директор



Игоряева

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>Винегрет с растительным маслом овз п/ф</b>     | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4                                | <b>8-82</b>             |
| 200/20                  | <b>Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф</b> | Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12                              | <b>20-39</b>            |
| 115                     | <b>Филе цыплят бройлеров запечённое овз</b>       | Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34   | <b>51-97</b>            |
| 150                     | <b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>             | Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36                              | <b>11-70</b>            |
| 200                     | <b>Компот из смородины овз</b>                    | Калорийность-35, Углеводы-8   | <b>10-86</b>            |
| 33                      | <b>Хлеб пшеничный овз</b>                         | Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16                                       | <b>2-12</b>             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   |   | <b>105-86</b>           |
| <b>Полдник</b>          |   |   |                         |
| 240                     | <b>Банан овз</b>                                  | Калорийность-229, Белки-4, Углеводы-54                                      | <b>31-20</b>            |
| 200                     | <b>Сок виноградный овз</b>                        | Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33                                      | <b>17-94</b>            |
| <b>Итого за Полдник</b> |   |   | <b>49-14</b>            |
| <b>Итого за день</b>    |   |   | <b>155-00</b>           |

Калорийность-1 158, Белки-34, Жиры-54, Углеводы-163

Директор



Годеряева 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) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <b>Обед</b>             |  |   |                         |
| 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                              | 20-39                   |
| 115                     | Филе цыплят бройлеров запечённое овз       | Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34   | 51-97                   |
| 190                     | Каша гречневая рассыпчатая овз             | Калорийность-296, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-46                             | 14-82                   |
| 200                     | Компот из смородины овз                    | Калорийность-35, Углеводы-8   | 10-86                   |
| 39                      | Хлеб пшеничный овз                         | Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19                                       | 2-50                    |
| <b>Итого за Обед</b>    |  |   | <b>109-36</b>           |
| <b>Полдник</b>          |  |   |                         |
| 240                     | Банан овз                                  | Калорийность-229, Белки-4, Углеводы-54                                      | 31-20                   |
| 200                     | Сок виноградный овз                        | Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33                                      | 17-94                   |
| <b>Итого за Полдник</b> |  |   | <b>49-14</b>            |
| <b>Итого за день</b>    |  |   | <b>158-50</b>           |

Директор



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 (руб) |
|-------------------------------------|---|---|-------------------------|
| <b>Завтрак ( 1 смена )</b>          |   |   |                         |
| 105                                 | Филе цыплят бройлеров запечённое (нач.шк)     | Калорийность-205, Белки-9, Жиры-31  | 47-25                   |
| 150                                 | Рис с овощами н/шк п/ф                        | Калорийность-168, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-26                              | 14-74                   |
| 200                                 | Чай с лимоном и сахаром н/шк                  | Калорийность-28, Углеводы-7   | 2-56                    |
| 60                                  | Булочка с маком н/шк                          | Калорийность-165, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-32                              | 2-99                    |
| 38                                  | Хлеб пшеничный н/шк                           | Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19                                       | 2-46                    |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |   | Калорийность-655, Белки-20, Жиры-39, Углеводы-84                            | <b>70-00</b>            |
| <b>Обед ( 2 смена )</b>             |   |   |                         |
| 200/10                              | Суп картофельный с крупой и сайрой н/шк п/ф 3 | Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12                              | 16-09                   |
| 80                                  | Шницель из курицы н/шк 2                      | Калорийность-135, Белки-15, Жиры-3, Углеводы-11                             | 24-52                   |
| 150                                 | Каша гречневая рассыпчатая н/шк               | Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36                              | 11-69                   |
| 180                                 | Сок персиковый н/шк                           | Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30                                      | 16-14                   |
| 24                                  | Хлеб пшеничный н/шк                           | Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12                                       | 1-56                    |
| <b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>    |   | Калорийность-702, Белки-33, Жиры-18, Углеводы-101                           | <b>70-00</b>            |
| <b>Итого за день</b>                |   | Калорийность-1 357, Белки-53, Жиры-57, Углеводы-185                         | <b>140-00</b>           |

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

*Е.Е.*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В.*

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><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>   |  |   |                         |
| 115                                 | <b>Филе цыплят бройлеров запечённое б/пл</b>         | Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34   | <b>51-78</b>            |
| 200                                 | <b>Рис с овощами б/пл п/ф</b>                        | Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35                              | <b>19-66</b>            |
| 200                                 | <b>Чай с лимоном и сахаром б/пл</b>                  | Калорийность-28, Углеводы-7   | <b>2-56</b>             |
| 120                                 | <b>Булочка с маком б/пл</b>                          | Калорийность-330, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-63                             | <b>5-99</b>             |
| 55                                  | <b>Хлеб пшеничный б/пл</b>                           | Калорийность-129, Белки-4, Углеводы-27                                      | <b>3-57</b>             |
| 50                                  | <b>Хлеб бородинский б/пл</b>                         | Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20                               | <b>4-44</b>             |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |  | Калорийность-1 034, Белки-31, Жиры-47, Углеводы-152                         | <b>88-00</b>            |
| <b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>      |  |   |                         |
| 15                                  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>             | Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4  | <b>9-59</b>             |
| 200/20                              | <b>Суп картофельный с крупой и сайрой (б/пл) п/ф</b> | Калорийность-157, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12                              | <b>20-38</b>            |
| 80                                  | <b>Шницель из курицы б/пл 2</b>                      | Калорийность-135, Белки-15, Жиры-3, Углеводы-11                             | <b>24-50</b>            |
| 180                                 | <b>Каша гречневая рассыпчатая б/пл</b>               | Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43                             | <b>14-03</b>            |
| 200                                 | <b>Сок персиковый б/пл</b>                           | Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33                                      | <b>17-94</b>            |
| 24                                  | <b>Хлеб пшеничный б/пл</b>                           | Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12                                       | <b>1-56</b>             |
| <b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>    |  | Калорийность-816, Белки-38, Жиры-24, Углеводы-111                           | <b>88-00</b>            |
| <b>Итого за день</b>                |  | Калорийность-1 850, Белки-69, Жиры-71, Углеводы-263                         | <b>176-00</b>           |

Директор



Пеф-повар

*Е.Е. Шаланова*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В. Брованова*

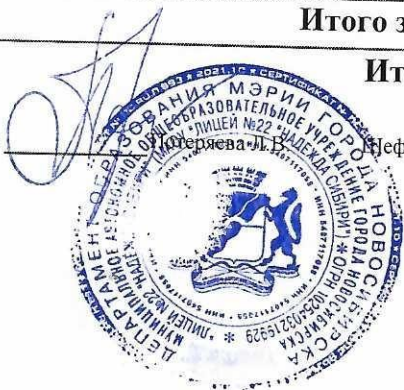
Брованова Н.В.



# 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                     | <b>Винегрет с растительным маслом овз п/ф</b>     | Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7                               | <b>14-70</b>            |
| 250/25                  | <b>Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф</b> | Калорийность-195, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15                             | <b>25-48</b>            |
| 115                     | <b>Филе цыплят бройлеров запечённое овз</b>       | Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34   | <b>51-76</b>            |
| 200                     | <b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>             | Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48                             | <b>15-59</b>            |
| 200                     | <b>Компот из смородины овз</b>                    | Калорийность-35, Углеводы-8   | <b>10-82</b>            |
| 63                      | <b>Хлеб пшеничный овз</b>                         | Калорийность-148, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-31                              | <b>4-07</b>             |
| 50                      | <b>Хлеб бородинский овз</b>                       | Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20                               | <b>4-44</b>             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-1 125, Белки-39, Жиры-64, Углеводы-129                         | <b>126-86</b>           |
| <b>Полдник</b>          |   |   |                         |
| 240                     | <b>Банан овз</b>                                  | Калорийность-229, Белки-4, Углеводы-54                                      | <b>31-20</b>            |
| 200                     | <b>Сок виноградный овз</b>                        | Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33                                      | <b>17-94</b>            |
| <b>Итого за Полдник</b> |   | Калорийность-365, Белки-5, Углеводы-87                                      | <b>49-14</b>            |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1 490, Белки-44, Жиры-64, Углеводы-216                         | <b>176-00</b>           |

Директор



Шеф-повар

*Е.Е. Шаланова*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В. Брованова*

Брованова Н.В.

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

| Выход (г)               | Наименование блюда                                | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| <u>Обед</u>             |   |   |                         |
| 60                      | <b>Винегрет с растительным маслом овз п/ф</b>     | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4                                | <b>8-82</b>             |
| 200/20                  | <b>Суп картофельный с крупой и сайрой овз п/ф</b> | Калорийность-156, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12                              | <b>20-38</b>            |
| 115                     | <b>Филе цыплят бройлеров запечённое овз</b>       | Калорийность-224, Белки-10, Жиры-34   | <b>51-76</b>            |
| 190                     | <b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>             | Калорийность-296, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-46                             | <b>14-81</b>            |
| 200                     | <b>Компот из смородины овз</b>                    | Калорийность-35, Углеводы-8   | <b>10-82</b>            |
| 43                      | <b>Хлеб пшеничный овз</b>                         | Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21                                      | <b>2-77</b>             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-879, Белки-31, Жиры-56, Углеводы-91                            | <b>109-36</b>           |
| <u>Полдник</u>          |   |   |                         |
| 240                     | <b>Банан овз</b>                                  | Калорийность-229, Белки-4, Углеводы-54                                      | <b>31-20</b>            |
| 200                     | <b>Сок виноградный овз</b>                        | Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33                                      | <b>17-94</b>            |
| <b>Итого за Полдник</b> |   | Калорийность-365, Белки-5, Углеводы-87                                      | <b>49-14</b>            |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1 244, Белки-36, Жиры-56, Углеводы-178                         | <b>158-50</b>           |

Директор



Сотеряева Л.В.

Шеф-повар

*Шаланова Е.Е.*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Брованова Н.В.*

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) |
|-------------------------------------|---|---|-------------------------|
| <b>Завтрак ( 1 смена )</b>          |   |   |                         |
| 20                                  | Помидор в нарезке б/пл                      | Калорийность-4, Углеводы-1  | 4-51                    |
| 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                    |
| 41                                  | Хлеб пшеничный б/пл                         | Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20                                       | 2-63                    |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |   | Калорийность-566, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-54                            | <b>88-00</b>            |
| <b>Итого за день</b>                |   | Калорийность-566, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-54                            | <b>88-00</b>            |

Директор \_\_\_\_\_



Шеф-повар \_\_\_\_\_

Котомчина Т.А.

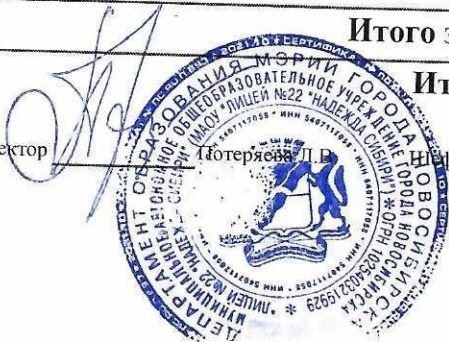
Калькулятор \_\_\_\_\_

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                     | Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф | Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3                                | 22-10                   |
| 250                     | Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф    | Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20                              | 13-95                   |
| 160/80                  | Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф  | Калорийность-470, Белки-33, Жиры-33, Углеводы-24                            | 79-12                   |
| 200                     | Компот из клубники овз                      | Калорийность-29, Углеводы-7   | 4-77                    |
| 45                      | Хлеб пшеничный овз                          | Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22                                      | 2-92                    |
| 45                      | Хлеб бородинский овз                        | Калорийность-89, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18                               | 4-00                    |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-922, Белки-48, Жиры-45, Углеводы-94                            | <b>126-86</b>           |
| <b>Полдник</b>          |   |   |                         |
| 240                     | Банан овз                                   | Калорийность-229, Белки-4, Углеводы-54                                      | 31-20                   |
| 200                     | Сок персиковый овз                          | Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33                                      | 17-94                   |
| <b>Итого за Полдник</b> |   | Калорийность-363, Белки-5, Углеводы-87                                      | <b>49-14</b>            |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1 285, Белки-53, Жиры-45, Углеводы-181                         | <b>176-00</b>           |

Директор



повар

Котомчина Т.А.

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) |
|-------------------------------------|---|---|-------------------------|
| <b>Завтрак ( 1 смена )</b>          |   |   |                         |
| 20                                  | Помидор в нарезке б/пл                      | Калорийность-4, Углеводы-1  | 4-49                    |
| 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                    |
| 41                                  | Хлеб пшеничный б/пл                         | Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20                                       | 2-65                    |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |   | Калорийность-566, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-54                            | <b>88-00</b>            |
| <b>Итого за день</b>                |   | Калорийность-566, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-54                            | <b>88-00</b>            |

Директор



Подпись

Шеф-повар

*[Signature]*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*[Signature]*

Брованова Н.В.