

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>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
150/75	Плов со свиной н/шк п/ф	Калорийность-421, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-39	44-02
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
35	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-27
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне н/шк п/ф	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	15-74
80	Биточки (особые) п/ф н/шк	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	34-62
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из клубники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
30.5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	1-98
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
Калорийность-1 360, Белки-50, Жиры-53, Углеводы-152			

Директор

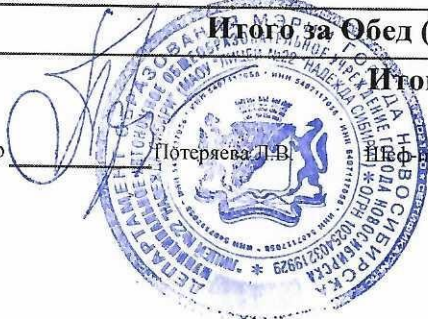
Потеряева Л.В.

Повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Категория "Многодетные от 11лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200/100	Плов со свиной б/пл п/ф	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-69
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
37	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-78
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-68
80	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	34-62
200	Макароны отварные б/пл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-16
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
37.5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-44
40	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00

Директор



Потеряева И.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>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
200/100	Плов со свиной б/пл п/ф	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-69
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
40	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-60
Итого за Завтрак (1 смена)			85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-78
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-68
80	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	34-62
150	Макароны отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
38	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-48
40	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Обед (2 смена)			85-00
Итого за день			170-00
Калорийность-1 753, Белки-63, Жиры-72, Углеводы-196			

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. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-78
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-68
200/100	Плов со свиной овз п/ф	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-69
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
55	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-129, Белки-4, Углеводы-27	3-56
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Обед		Калорийность-1 060, Белки-40, Жиры-46, Углеводы-121	101-03
<u>Полдник</u>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-60
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	29-39
Итого за Полдник		Калорийность-449, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-59	74-97
Итого за день		Калорийность-1 509, Белки-57, Жиры-61, Углеводы-180	176-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

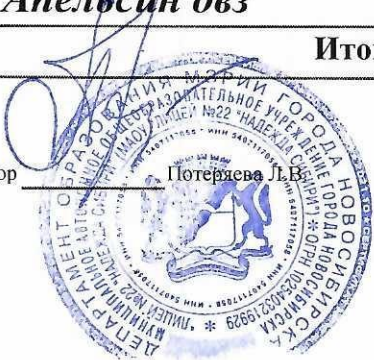
Брованова Н.В.



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	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-47
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	15-74
190/95	Плов со свиной овз п/ф	Калорийность-533, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-49	55-76
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
67	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-157, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-33	4-34
Итого за Обед		Калорийность-903, Белки-36, Жиры-40, Углеводы-103	87-08
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	29-39
Итого за Полдник		Калорийность-389, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-54	67-92
Итого за день		Калорийность-1 292, Белки-50, Жиры-52, Углеводы-157	155-00

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Handwritten signature]

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	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-47
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	15-74
200/100	Плов со свиной овз п/ф	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-69
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-25
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед		Калорийность-915, Белки-37, Жиры-40, Углеводы-101	90-58
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	29-39
Итого за Полдник		Калорийность-389, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-54	67-92
Итого за день		Калорийность-1 304, Белки-51, Жиры-52, Углеводы-155	158-50

Директор

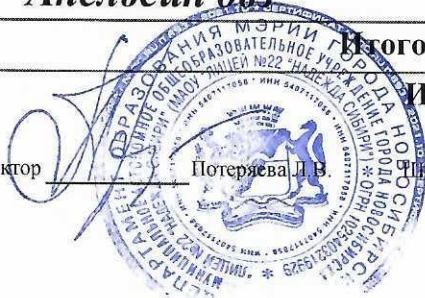
Потеряева И.В.

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>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-38
150/75	Плов со свиной н/шк п/ф	Калорийность-421, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-39	44-02
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
35	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-27
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне н/шк п/ф	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	15-74
80	Биточки (особые) п/ф н/шк	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	34-62
150	Макарэны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из клубники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
30.5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	1-98
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00

Директор

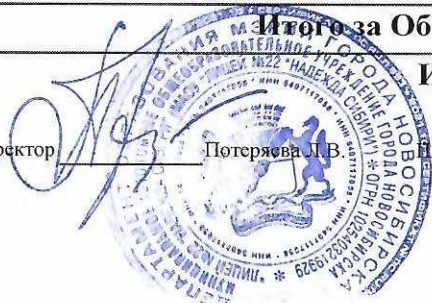
Потеряева Л.В.

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>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200/100	Плов со свиной б/пл п/ф	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-69
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-33
37	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-78
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-68
80	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	34-62
200	Макароны отварные б/пл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-16
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
37.5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-44
40	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00

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	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-78
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13	19-68
210/105	Плов со свиной овз п/ф	Калорийность-589, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-54	61-62
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
31	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-03
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед		Калорийность-1 012, Белки-38, Жиры-46, Углеводы-108	101-54
<u>Полдник</u>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	25-58
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
32	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-08
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	29-40
Итого за Полдник		Калорийность-430, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-55	74-46
Итого за день		Калорийность-1 442, Белки-54, Жиры-61, Углеводы-163	176-00

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е.

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)
<u>Обед</u>			
60	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-47
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	15-74
200/100	Плов со свиной овз п/ф	Калорийность-561, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-51	58-69
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
34.5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-24
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед		Калорийность-915, Белки-37, Жиры-40, Углеводы-101	90-57
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-40
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	29-40
Итого за Полдник		Калорийность-389, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-54	67-93
Итого за день		Калорийность-1 304, Белки-51, Жиры-52, Углеводы-155	158-50

Директор

Петеркина Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

