

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>			
10	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-1	2-71
55/27,5	Гуляш из говядины н/ф н/шк 2	Калорийность-130, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-4	51-02
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-250, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-38
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-56
20.5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-33
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-458, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-62	70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Кукуруза сахарная н/шк	Калорийность-5, Углеводы-1	3-32
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне н/шк н/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-42
75	Тефтели (2-вариант) н/шк н/ф	Калорийность-248, Белки-9, Жиры-19, Углеводы-10	28-11
150	Рис отварной н/шк	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из брусники н/шк	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
40	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-59
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-710, Белки-21, Жиры-30, Углеводы-89	70-00
Итого за день		Калорийность-1 168, Белки-40, Жиры-45, Углеводы-151	140-00

Директор

Потеряева П.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Категория "Многодетные от 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>			
15	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-2	4-06
70/35	Гуляш из говядины п/ф б/пл	Калорийность-123, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-4	64-51
180	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-299, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-49	14-85
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-56
31	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-02
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Икра свекольная б/пл п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-40
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	21-86
75	Тефтели (2-вариант) б/пл п/ф	Калорийность-248, Белки-9, Жиры-19, Углеводы-10	28-11
200	Рис отварной б/пл	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	15-53
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
34	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-19
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00

Директор



Потеряева Д.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>			
15	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-2	4-06
70/35	Гуляш из говядины п/ф б/пл	Калорийность-123, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-4	64-51
150	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-250, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-38
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-56
23	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-49
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-457, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-63	85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Икра свекольная б/пл п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-40
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	21-86
75	Тефтели (2-вариант) б/пл п/ф	Калорийность-248, Белки-9, Жиры-19, Углеводы-10	28-11
150	Рис отварной б/пл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
47	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23	3-07
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-847, Белки-21, Жиры-37, Углеводы-105	85-00
Итого за день		Калорийность-1 304, Белки-39, Жиры-51, Углеводы-168	170-00

Директор



Цогамова Л.В.

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

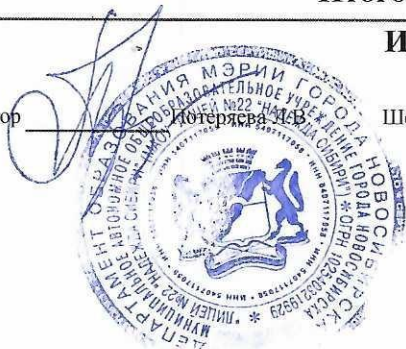
[Handwritten signature]

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)
<u>Обед</u>			
100	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-40
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-17	21-78
70/35	Гуляш из говядины овз п/ф 2		64-54
200	Рис отварной овз	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	15-53
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
58	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-136, Белки-4, Углеводы-29	3-75
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Обед		Калорийность-795, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-130	129-46
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-60
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	46-54
Итого за день		Калорийность-1 139, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-212	176-00

Директор



Котеряева И.В.

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)
<u>Обед</u>			
60	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-04
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-42
65/32,5	Гуляш из говядины овз п/ф 2		60-23
150	Рис отварной овз	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
65	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-152, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-32	4-21
Итого за Обед		Калорийность-586, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-97	108-46
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-60
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	46-54
Итого за день		Калорийность-930, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-179	155-00

Директор



Шеф-повар

[Signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[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	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-04
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-42
65/32,5	Гуляш из говядины овз п/ф 2		60-23
170	Рис отварной овз	Калорийность-231, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-41	13-20
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-61
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Обед		Калорийность-634, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-106	111-96
Полдник			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-60
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	46-54
Итого за день		Калорийность-978, Белки-20, Жиры-16, Углеводы-188	158-50

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>			
10	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-1	2-71
55/27,5	Гуляш из говядины п/ф н/шк 2	Калорийность-130, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-4	51-02
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-250, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-38
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-56
20.5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-33
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-458, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-62	70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Кукуруза сахарная н/шк	Калорийность-5, Углеводы-1	3-32
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне н/шк п/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-42
75	Тефтели (2-вариант) н/шк п/ф	Калорийность-248, Белки-9, Жиры-19, Углеводы-10	28-11
150	Рис отварной н/шк	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	11-65
200	Компот из брусники н/шк	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
40	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-59
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-710, Белки-21, Жиры-30, Углеводы-89	70-00
Итого за день		Калорийность-1 168, Белки-40, Жиры-45, Углеводы-151	140-00

Директор

Потеряева И.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

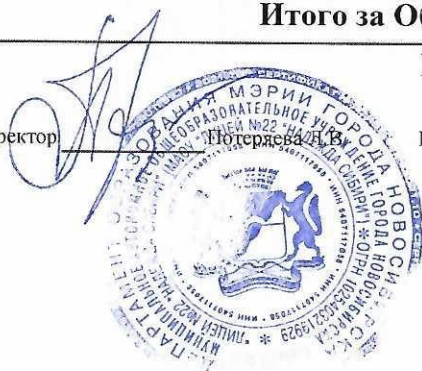
Брованова Н.В.



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>			
15	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-2	4-06
70/35	Гуляш из говядины п/ф б/пл	Калорийность-123, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-4	64-51
180	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-299, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-49	14-85
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-56
31	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-02
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Икра свекольная б/пл п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-40
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	21-86
75	Тефтели (2-вариант) б/пл п/ф	Калорийность-248, Белки-9, Жиры-19, Углеводы-10	28-11
200	Рис отварной б/пл	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	15-53
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
34	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-19
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00
			Калорийность-1 409, Белки-40, Жиры-53, Углеводы-187

Директор



Потеряева Е.В.

Шеф-повар

Handwritten signature of the head chef

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Handwritten signature of the calculator

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	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-40
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-17	21-78
70/35	Гуляш из говядины овз п/ф 2		64-53
200	Рис отварной овз	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	15-53
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
58	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-136, Белки-4, Углеводы-29	3-76
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Обед		Калорийность-795, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-130	129-46
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-60
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	46-54
Итого за день		Калорийность-1 139, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-212	176-00
Директор	<u>Плотеряева Л.В.</u>	Шеф-повар <u>Шаланова Е.Е.</u>	Калькулятор <u>Брованова Н.В.</u>



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	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-04
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14	17-42
65/32,5	Гуляш из говядины овз п/ф 2		60-23
170	Рис отварной овз	Калорийность-231, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-41	13-20
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	6-91
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-61
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Обед		Калорийность-634, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-106	111-96
<u>Полдник</u>			
220	Банан овз	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	28-60
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	17-94
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	46-54
Итого за день		Калорийность-978, Белки-20, Жиры-16, Углеводы-188	158-50

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

