

Меню "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>			
25	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
200	Плов с курицей п/ф н/шк	Калорийность-315, Белки-27, Жиры-8, Углеводы-33	49-69
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
45	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-89
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	2-05
150	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф н/шк*	Калорийность-59, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-6	10-85
60/40	Гуляш из свинины п/ф н/шк	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	41-78
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из облепихи н/шк	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-66
24	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-54
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00

Калорийность-1 211, Белки-58, Жиры-53, Углеводы-124

Директор

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Меню "Многодетные до 11 лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (1 смена)			
25	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
255	Плов с курицей п/ф б/пл	Калорийность-401, Белки-35, Жиры-10, Углеводы-42	63-36
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
24	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-56
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-633, Белки-45, Жиры-17, Углеводы-72	85-00
Обед (2 смена)			
60	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-2	5-55
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф б/пл*	Калорийность-98, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	18-08
60/40	Гуляш из свинины п/ф б/пл	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	41-78
150	Макароны отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из облепихи б/пл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-66
49	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-115, Белки-4, Углеводы-24	3-15
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-836, Белки-28, Жиры-39, Углеводы-91	85-00
Итого за день		Калорийность-1 469, Белки-73, Жиры-56, Углеводы-163	170-00

Директор



Шеф-повар

[Signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

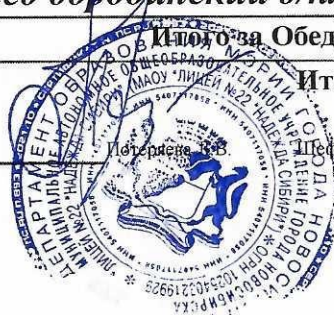
[Signature]

Брованова Н.В.

Меню "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>			
25	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
265	Плов с курицей п/ф б/пл	Калорийность-417, Белки-36, Жиры-11, Углеводы-44	65-84
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
32	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-08
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-2	5-55
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф б/пл*	Калорийность-98, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	18-08
60/40	Гуляш из свинины п/ф б/пл	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	41-78
200	Макароны отварные б/пл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-16
200	Компот из облепихи б/пл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-66
48	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-24	3-11
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00

Директор



Исполнитель

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Handwritten signature]

Брованова Н.В.

Меню "ОВЗ и инвалиды до 12 лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Комплекс			
60	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-82
200	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф овз*	Калорийность-78, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-7	14-47
200	Плов с курицей п/ф овз	Калорийность-315, Белки-27, Жиры-8, Углеводы-33	54-01
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-66
28	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-84
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс			84-46
Полдник			
25	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
180	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
200	Апельсин овз	Калорийность-76, Белки-2, Углеводы-16	40-00
Итого за Полдник			74-04
Итого за день			158-50

Директор

Повар

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

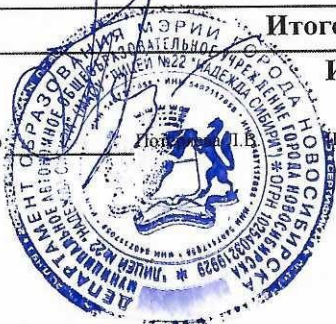
Брованова Н.В.



Меню "ОВЗ и инвалиды от 12лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Комплекс			
100	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	11-36
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф овз*	Калорийность-98, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	18-08
255	Плов с курицей п/ф овз	Калорийность-401, Белки-35, Жиры-10, Углеводы-42	63-36
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-66
28	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-84
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-787, Белки-45, Жиры-25, Углеводы-91	101-96
Полдник			
25	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
180	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
200	Апельсин/овз	Калорийность-76, Белки-2, Углеводы-16	40-00
Итого за Полдник		Калорийность-356, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-51	74-04
Итого за день		Калорийность-1 143, Белки-58, Жиры-35, Углеводы-142	176-00

Директор:



Директор: *[Signature]*

Шеф-повар

[Signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Signature]

Брованова Н.В.

Меню "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	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
200	Плов с курицей п/ф н/шк	Калорийность-315, Белки-27, Жиры-8, Углеводы-33	49-69
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
45	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	2-89
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-537, Белки-36, Жиры-15, Углеводы-61	70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	2-05
150	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф н/шк*	Калорийность-59, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-6	10-85
60/40	Гуляш из свинины п/ф н/шк	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	41-78
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из облепихи н/шк	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-66
24	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-54
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-674, Белки-22, Жиры-38, Углеводы-63	70-00
Итого за день		Калорийность-1 211, Белки-58, Жиры-53, Углеводы-124	140-00

Директор

Потеряев Л.В.

ф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Меню "Многодетные до 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>			
25	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
255	Плов с курицей п/ф б/пл	Калорийность-401, Белки-35, Жиры-10, Углеводы-42	63-36
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
24	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-56
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Завтрак (1 смена)			85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-2	5-55
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф б/пл*	Калорийность-98, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	18-08
60/40	Гуляш из свинины п/ф б/пл	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	41-78
150	Макароны отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из облепихи б/пл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-66
49	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-115, Белки-4, Углеводы-24	3-15
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед (2 смена)			85-00
Итого за день			170-00
		Калорийность-1 469, Белки-73, Жиры-56, Углеводы-163	

Директор

Потеряева Д.А.

Шеф-повар

Ишаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Меню "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>			
25	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
265	Плов с курицей п/ф б/пл	Калорийность-417, Белки-36, Жиры-11, Углеводы-44	65-84
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
32	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-08
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-668, Белки-46, Жиры-18, Углеводы-78	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-2	5-55
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф б/пл *	Калорийность-98, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	18-08
60/40	Гуляш из свинины п/ф б/пл	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	41-78
200	Макаронны отварные б/пл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-16
200	Компот из облепихи б/пл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-66
48	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-24	3-11
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-899, Белки-30, Жиры-41, Углеводы-102	88-00
Итого за день		Калорийность-1 567, Белки-76, Жиры-59, Углеводы-180	176-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

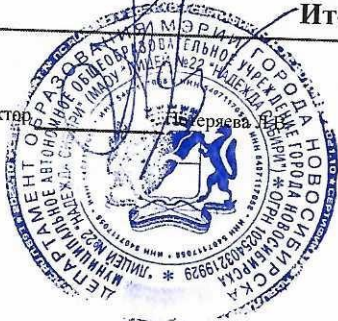


04.09.2023 (понедельник)

Меню "ОВЗ и инвалиды до 12 лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Комплекс			
60	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-82
200	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф овз*	Калорийность-78, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-7	14-47
200	Плов с курицей п/ф овз	Калорийность-315, Белки-27, Жиры-8, Углеводы-33	54-01
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-66
28	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-84
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-631, Белки-36, Жиры-18, Углеводы-77	84-46
Полдник			
25	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
180	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
200	Апельсин овз	Калорийность-76, Белки-2, Углеводы-16	40-00
Итого за Полдник		Калорийность-356, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-51	74-04
Итого за день		Калорийность-987, Белки-49, Жиры-28, Углеводы-128	158-50

Директор



Шеф-повар

Белы

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Бр

Брванова Н.В.

Меню "ОВЗ и инвалиды от 12лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Комплекс			
100	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	11-36
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф овз*	Калорийность-98, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	18-08
255	Плов с курицей п/ф овз	Калорийность-401, Белки-35, Жиры-10, Углеводы-42	63-36
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-66
28	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-84
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-787, Белки-45, Жиры-25, Углеводы-91	101-96
Полдник			
25	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
180	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
200	Апельсин овз	Калорийность-76, Белки-2, Углеводы-16	40-00
Итого за Полдник		Калорийность-356, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-51	74-04
Итого за день		Калорийность-1143, Белки-58, Жиры-35, Углеводы-142	176-00

Директор



Шеф-повар

[Signature]

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

[Signature]

Брованова Н.В.