

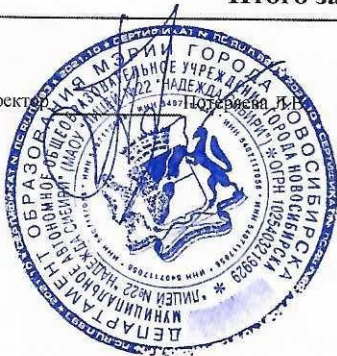
Меню "1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
20	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	2-05
150	Омлет натуральный н/шк	Калорийность-226, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-3	29-35
180	Какао с молоком сгущенным н/шк	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
150	Яблоко н/шк	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
35	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-25
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
45/45	Гуляш из говядины п/ф н/шк*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	48-17
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из брусники н/шк	Калорийность-33, Углеводы-8	7-44
23	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-50
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00

Калорийность-988, Белки-41, Жиры-42, Углеводы-112

140-00

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-77
200	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	39-07
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
36	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-36
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-648, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-72	85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-51
200	Суп фасолевый п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	13-99
45/45	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	48-17
150	Макароны отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	7-44
31	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-00
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-673, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-82	85-00
Итого за день		Калорийность-1 321, Белки-55, Жиры-53, Углеводы-154	170-00

Директор



Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

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>			
30	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-77
220	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-331, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-5	42-98
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
24,5	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10	2-16
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
200	Суп фасолевый п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	13-99
45/45	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	48-17
180	Макаронны отварные б/пл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	10-94
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	7-44
29,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-92
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00
		Калорийность-1 366, Белки-57, Жиры-56, Углеводы-156	

Директор



Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Меню "ОВЗ и инвалиды до 12лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Комплекс			
60	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-00
200	Суп фасолевый п/ф овз	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	13-99
45/45	Гуляш из говядины п/ф овз*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	48-17
150	Макароньы отварные овз	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	7-44
30,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	1-98
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-756, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-91	91-36
Полдник			
250	Апельсин овз	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	50-00
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	17-14
Итого за Полдник		Калорийность-216, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-50	67-14
Итого за день		Калорийность-972, Белки-34, Жиры-30, Углеводы-141	158-50

Директор



Шеф-повар

[Signature]

Котомчина Т.А.

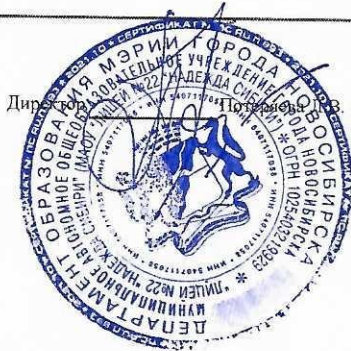
Калькулятор

[Signature]

Брованова Н.В.

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Комплекс			
100	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-34
250	Суп фасолевый п/ф овз	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	17-49
50/50	Гуляш из говядины п/ф овз*	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	53-52
200	Макароны отварные овз	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-16
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	7-44
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 Комплекс		Калорийность-929, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-112	108-86
Полдник			
250	Апельсин овз	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	50-00
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	17-14
Итого за Полдник		Калорийность-216, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-50	67-14
Итого за день		Калорийность-1 145, Белки-40, Жиры-38, Углеводы-162	176-00



Шеф-повар Котомчина Т.А. Калькулятор 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>			
20	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	2-05
150	Омлет натуральный н/шк	Калорийность-226, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-3	29-35
180	Какао с молоком сгущенным н/шк	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
150	Яблоко н/шк	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
35	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-25
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
45/45	Гуляш из говядины н/ф н/шк*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	48-17
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из брусники н/шк	Калорийность-33, Углеводы-8	7-44
23	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-50
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00

Итого за день Калорийность-988, Белки-41, Жиры-42, Углеводы-112 **140-00**

Директор _____

Шеф-повар Елеу Шаланова Е.Е.

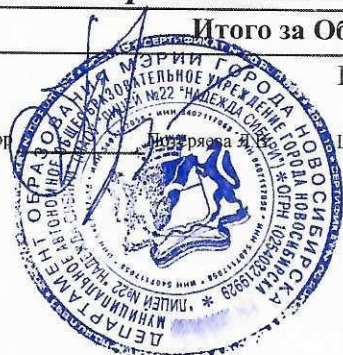
Калькулятор Бронова Н.В. Бронова Н.В.



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>			
30	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-77
200	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	39-07
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
36	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-36
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>			
10	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-51
200	Суп фасолевый п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	13-99
45/45	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	48-17
150	Макароны отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	7-44
31	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-00
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)			85-00
Итого за день			170-00
		Калорийность-1 321, Белки-55, Жиры-53, Углеводы-154	

Директор



Директор

Шеф-повар

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

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>			
30	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-77
220	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-331, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-5	42-98
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
24,5	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10	2-16
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
200	Суп фасолевый п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	13-99
45/45	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	48-17
180	Макароны отварные б/пл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	10-94
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	7-44
29,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-92
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)			88-00
Итого за день			176-00

Калорийность-1 366, Белки-57, Жиры-56, Углеводы-156

Директор

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



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)
<u>Комплекс</u>			
60	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-00
200	Суп фасолевый п/ф овз	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	13-99
45/45	Гуляш из говядины п/ф овз*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	48-17
150	Макароны отварные овз	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-11
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	7-44
30,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	1-99
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-756, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-91	91-36
<u>Полдник</u>			
250	Апельсин овз	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	50-00
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	17-14
Итого за Полдник		Калорийность-216, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-50	67-14
Итого за день		Калорийность-972, Белки-34, Жиры-30, Углеводы-141	158-50



Шеф-повар ЕЕЕЕ Шаланова Е.Е. Калькулятор БББ Брованова 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)
<u>Комплекс</u>			
100	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-34
250	Суп фасолевый п/ф овз	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	17-49
50/50	Гуляш из говядины п/ф овз*	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	53-52
200	Макароны отварные овз	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-16
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	7-44
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-25
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-39, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-929, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-112	108-86
<u>Полдник</u>			
250	Апельсин овз	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	50-00
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	17-14
Итого за Полдник		Калорийность-216, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-50	67-14
Итого за день		Калорийность-1 145, Белки-40, Жиры-38, Углеводы-162	176-00

Директор

Л.В.

Шеф-повар

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

Брованова Н.В.

