

# Меню "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>			
20	<b>Перец болгарский в нарезке н/шк</b>	Калорийность-5, Углеводы-1	<b>3-61</b>
160/80	<b>Жаркое со свиной п/ф н/шк</b>	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	<b>59-63</b>
180	<b>Чай со смородиной и сахаром н/шк</b>	Калорийность-28, Углеводы-6	<b>5-09</b>
26	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-67</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
20	<b>Помидор в нарезке н/шк</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>2-93</b>
150	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф н/шк</b>	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10	<b>12-67</b>
80	<b>Биточки (особые) п/ф н/шк</b>	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	<b>35-54</b>
25	<b>Соус сметанный н/шк</b>	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	<b>3-47</b>
150	<b>Каша перловая рассыпчатая н/шк</b>	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	<b>9-09</b>
200	<b>Компот из клубники н/шк</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-87</b>
22	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	<b>1-43</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>

Директор



Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Бронова 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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
25	<b>Перец болгарский в нарезке б/пл</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	4-52
190/95	<b>Жаркое со свиной п/ф б/пл</b>	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	70-81
200	<b>Чай со смородиной и сахаром б/пл</b>	Калорийность-31, Углеводы-7	5-65
21	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-36
30	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
40	<b>Помидор в нарезке б/пл</b>	Калорийность-9, Углеводы-2	5-87
200	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл</b>	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-90
20	<b>Сметана 15% (б/пл)</b>	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-57
80	<b>Биточки (особые) п/ф б/пл</b>	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-56
25	<b>Соус сметанный б/пл</b>	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-47
150	<b>Каша перловая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	9-09
200	<b>Компот из клубники б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-87
31	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-01
30	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>170-00</b>
		Калорийность-1 581, Белки-47, Жиры-73, Углеводы-162	



Директор

Потеряны

**Итого за день**

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

# Меню "Многодетные от 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>			
20	<b>Перец болгарский в нарезке б/пл</b>	Калорийность-5, Углеводы-1	3-61
200/100	<b>Жаркое со свиной п/ф б/пл</b>	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	74-54
200	<b>Чай со смородиной и сахаром б/пл</b>	Калорийность-31, Углеводы-7	5-65
24	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-54
30	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
40	<b>Помидор в нарезке б/пл</b>	Калорийность-9, Углеводы-2	5-87
200	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл</b>	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-90
20	<b>Сметана 15% (б/пл)</b>	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-57
80	<b>Биточки (особые) п/ф б/пл</b>	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-56
25	<b>Соус сметанный б/пл</b>	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-47
200	<b>Каша перловая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-13
200	<b>Компот из клубники б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-87
30	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-97
30	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>176-00</b>

Калорийность-1 679, Белки-50, Жиры-78, Углеводы-176

Шеф-повар



Котомчина Т.А.

Калькулятор



Брованова Н.В.



# Меню "ОВЗ и инвалиды 1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Комплекс</b>			
60	<b>Икра свекольная овз п/ф</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	<b>8-00</b>
200	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз</b>	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	<b>16-90</b>
160/80	<b>Жаркое со свиной п/ф овз</b>	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	<b>59-63</b>
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-87</b>
27	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-77</b>
20	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>1-77</b>
<b>Итого за Комплекс</b>			<b>92-94</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	<b>19-18</b>
200	<b>Чай с сахаром овз</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-43</b>
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-95</b>
215	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	<b>43-00</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>65-56</b>
<b>Итого за день</b>			<b>158-50</b>

Директор



Сотворасва Н.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

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)
<b>Комплекс</b>			
100	<b>Икра свекольная овз п/ф</b>	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	<b>13-34</b>
250	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз</b>	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	<b>21-12</b>
180/90	<b>Жаркое со свиной п/ф овз</b>	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	<b>67-08</b>
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-87</b>
35	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	<b>2-26</b>
20	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>1-77</b>
<b>Итого за Комплекс</b>			<b>110-44</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	<b>19-18</b>
200	<b>Чай с сахаром овз</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-43</b>
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-95</b>
215	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	<b>43-00</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>65-56</b>
<b>Итого за день</b>			<b>176-00</b>

Директор



Сотерьева Л.В.

Шеф-повар

*[Handwritten signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Handwritten signature]*

Бронова 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)
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
20	<b>Перец болгарский в нарезке н/шк</b>	Калорийность-5, Углеводы-1	3-61
160/80	<b>Жаркое со свинойной п/ф н/шк</b>	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	59-63
180	<b>Чай со смородиной и сахаром н/шк</b>	Калорийность-28, Углеводы-6	5-09
26	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-67
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Обед ( 2 смена )</b>			
20	<b>Помидор в нарезке н/шк</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	2-93
150	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф н/шк</b>	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10	12-67
80	<b>Биточки (особые) п/ф н/шк</b>	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-56
25	<b>Соус сметанный н/шк</b>	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-47
150	<b>Каша перловая рассыпчатая н/шк</b>	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	9-09
200	<b>Компот из клубники н/шк</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-87
22	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-41
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>
		Калорийность-1 291, Белки-38, Жиры-62, Углеводы-127	

Директор



Поздняяева И.В.

Шеф-повар

*Е.Е.*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В.*

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)
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
25	<b>Перец болгарский в нарезке б/пл</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	4-52
190/95	<b>Жаркое со свиной п/ф б/пл</b>	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	70-81
200	<b>Чай со смородиной и сахаром б/пл</b>	Калорийность-31, Углеводы-7	5-65
21	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-36
30	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b>Обед ( 2 смена )</b>			
40	<b>Помидор в нарезке б/пл</b>	Калорийность-9, Углеводы-2	5-87
200	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл</b>	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-84
20	<b>Сметана 15% (б/пл)</b>	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-57
80	<b>Биточки (особые) п/ф б/пл</b>	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-56
25	<b>Соус сметанный б/пл</b>	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-47
150	<b>Каша перловая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	9-09
200	<b>Компот из клубники б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-87
32	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-07
30	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>170-00</b>
		Калорийность-1 583, Белки-47, Жиры-73, Углеводы-163	

Директор



Полосина Л.В.

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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
20	<b>Перец болгарский в нарезке б/пл</b>	Калорийность-5, Углеводы-1	3-61
200/100	<b>Жаркое со свиной п/ф б/пл</b>	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	74-54
200	<b>Чай со смородиной и сахаром б/пл</b>	Калорийность-31, Углеводы-7	5-65
24	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-54
30	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
40	<b>Помидор в нарезке б/пл</b>	Калорийность-9, Углеводы-2	5-87
200	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл</b>	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-84
20	<b>Сметана 15% (б/пл)</b>	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-57
80	<b>Биточки (особые) п/ф б/пл</b>	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-56
25	<b>Соус сметанный б/пл</b>	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-47
200	<b>Каша перловая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-13
200	<b>Компот из клубники б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-87
31	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-03
30	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>176-00</b>
Калорийность-1 682, Белки-50, Жиры-78, Углеводы-176			

Директор

Игорь Николаевич Шаланова

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Бронова Н.В.





# Меню "ОВЗ и инвалиды 1-4 классы" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Комплекс</u></b>			
60	<b>Икра свекольная овз п/ф</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	<b>8-00</b>
200	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз</b>	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	<b>16-90</b>
160/80	<b>Жаркое со свиной п/ф овз</b>	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	<b>59-63</b>
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-87</b>
27	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-77</b>
20	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>1-77</b>
<b>Итого за Комплекс</b>			<b>92-94</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	<b>19-18</b>
200	<b>Чай с сахаром овз</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-43</b>
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-95</b>
215	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	<b>43-00</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>65-56</b>
<b>Итого за день</b>			<b>158-50</b>

Директор



Поперяева Д.В.

Шеф-повар

*Е.Е.*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В.*

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)
<b>Комплекс</b>			
100	<b>Икра свекольная овз п/ф</b>	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-34
250	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз</b>	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	21-12
180/90	<b>Жаркое со свиной п/ф овз</b>	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	67-08
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	4-87
35	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-26
20	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-1 003, Белки-33, Жиры-59, Углеводы-85	<b>110-44</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	<b>Чай с сахаром овз</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
215	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	43-00
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-285, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	<b>65-56</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 288, Белки-44, Жиры-68, Углеводы-123	<b>176-00</b>

Директор



Догодиректор

Шеф-повар

*Е.Е. Шаланова*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В. Брованова*

Брованова Н.В.