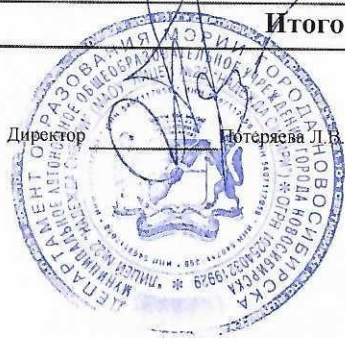


Меню "1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
25	Кукуруза сахарная н/шк	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-3	8-32
40/40	Бефстроганов из отварной говядины н/ф н/шк*	Калорийность-167, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-2	42-52
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
200	Напиток из шиповника н/шк	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-80
25	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-60
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
150	Суп гороховый на курином бульоне н/шк н/ф	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	9-38
100	Шницель из курицы н/шк	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13	31-86
150	Рис отварной н/шк	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	12-32
200	Компот из смородины н/шк	Калорийность-35, Углеводы-8	11-18
23	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-49
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Меню "Многодетные до 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>			
30	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3	9-98
50/50	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	53-15
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-80
25,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-65
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>			
20	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-7, Белки-1, Углеводы-1	5-03
200	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-50
100	Шницель из курицы б/пл	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13	31-84
150	Рис отварной б/пл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	12-32
200	Сок абрикосовый б/пл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	19-04
25	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-61
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
Директор _____ Пибереяса Л.В.		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	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3	9-98
50/50	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	53-15
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	12-91
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-80
38,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-50
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>			
20	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-7, Белки-1, Углеводы-1	5-03
200	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-50
100	Шницель из курицы б/пл	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13	31-84
180	Рис отварной б/пл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-79
200	Сок абрикосовый б/пл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	19-04
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-14
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
		Калорийность-1 515, Белки-69, Жиры-39, Углеводы-221	



Директор

Потеряева Л.В.

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)
Комплекс			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	7-21
200	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-50
55/55	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	58-46
150	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	11-18
31,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-05
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Комплекс		Калорийность-824, Белки-38, Жиры-32, Углеводы-97	105-71
Полдник			
250	Банан овз	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	33-75
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	19-04
Итого за Полдник		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	52-79
Итого за день		Калорийность-1197, Белки-43, Жиры-32, Углеводы-186	158-50

Директор

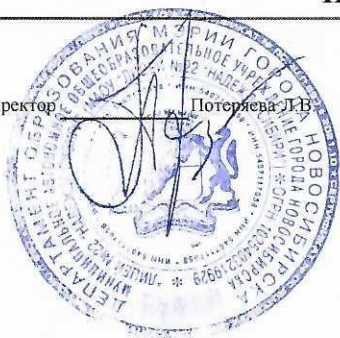
Поторяева Л.Б.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

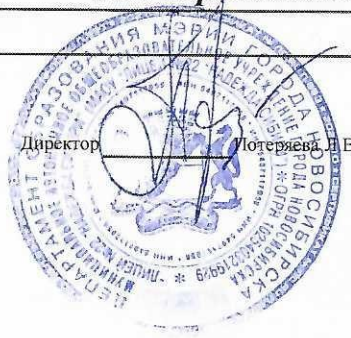
Калькулятор

Бронова 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 свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	12-01
250	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-63
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	63-78
200	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	14-35
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	11-18
42	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	2-71
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Комплекс		Калорийность-1 004, Белки-44, Жиры-39, Углеводы-119	123-21
Полдник			
250	Банан овз	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	33-75
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	19-04
Итого за Полдник		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	52-79
Итого за день		Калорийность-1 377, Белки-49, Жиры-39, Углеводы-208	176-00



Директор Лотеряева Н.В.

Шеф-повар [Signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор [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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
25	Кукуруза сахарная н/шк	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-3	8-31
40/40	Бефстроганов из отварной говядины п/ф н/шк*	Калорийность-167, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-2	42-52
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
200	Напиток из шиповника н/шк	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-80
25	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-61
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
150	Суп гороховый на курином бульоне н/шк п/ф	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12	9-38
100	Шницель из курицы н/шк	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13	31-86
150	Рис отварной н/шк	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	12-32
200	Компот из смородины н/шк	Калорийность-35, Углеводы-8	11-18
23	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-49
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

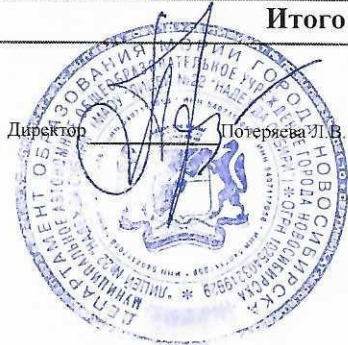
Брованова Н.В.



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	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3	9-98
50/50	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	53-15
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-80
25,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-65
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>			
20	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-7, Белки-1, Углеводы-1	5-03
200	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-51
100	Шницель из курицы б/пл	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13	31-84
150	Рис отварной б/пл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	12-32
200	Сок абрикосовый б/пл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	19-04
25	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-60
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-1 381, Белки-65, Жиры-36, Углеводы-196



Директор

Потеряева И.В.

Шеф-повар

Шаланова 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>			
30	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3	9-98
50/50	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	53-15
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	12-91
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-80
38,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-50
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-720, Белки-32, Жиры-24, Углеводы-94	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-7, Белки-1, Углеводы-1	5-03
200	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-51
100	Шницель из курицы б/пл	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13	31-84
180	Рис отварной б/пл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-79
200	Сок абрикосовый б/пл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	19-04
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-13
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-795, Белки-37, Жиры-15, Углеводы-127	88-00
Итого за день		Калорийность-1 515, Белки-69, Жиры-39, Углеводы-221	176-00

Директор

Потаряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова 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)
Комплекс			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	7-21
200	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-50
55/55	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	58-46
150	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	11-18
31,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-05
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Комплекс		Калорийность-824, Белки-38, Жиры-32, Углеводы-97	105-71
Полдник			
250	Банан овз	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	33-75
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	19-04
Итого за Полдник		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	52-79
Итого за день		Калорийность-1197, Белки-43, Жиры-32, Углеводы-186	158-50

Директор

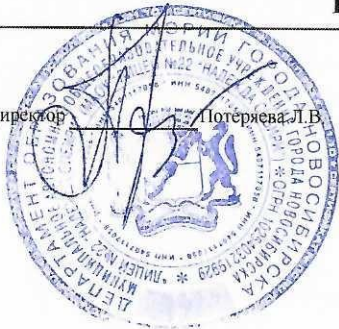
Потеряева Л.В.

Шеф-повар


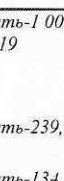
Шаланова Е.Е.

Калькулятор

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	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	12-01
250	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-63
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	63-78
200	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	14-35
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	11-18
42	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	2-71
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Комплекс		Калорийность-1 004, Белки-44, Жиры-39, Углеводы-119	123-21
<u>Полдник</u>			
250	Банан овз	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	33-75
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	19-04
Итого за Полдник		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	52-79
Итого за день		Калорийность-1 377, Белки-49, Жиры-39, Углеводы-208	176-00
Директор		Шеф-повар  Шаланова Е.Е.	Калькулятор  Брованова Н.В.

