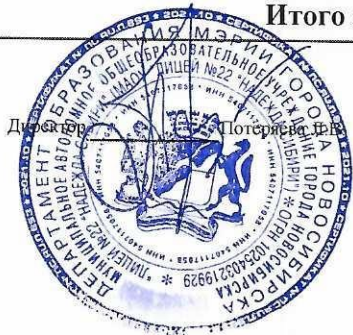


Меню "1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
20	Перец болгарский в нарезке н/шк	Калорийность-5, Углеводы-1	3-61
160/80	Жаркое со свиной п/ф н/шк	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	59-63
180	Чай со смородиной и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-6	5-09
26	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-67
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-4, Углеводы-1	2-93
150	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф н/шк	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10	12-67
80	Биточки (особые) п/ф н/шк	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-55
25	Соус сметанный н/шк	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-47
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	9-09
200	Компот из клубники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	4-87
22	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-42
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
		Калорийность-1 291, Белки-38, Жиры-62, Углеводы-127	



Итого за день

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

Итого за день Калорийность-1 581, Белки-47, Жиры-73, Углеводы-162



Директор _____ Потеряева Л.Б.

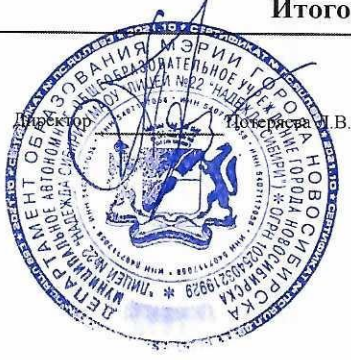
Шеф-повар 104 Котомчина Т.А. Калькулятор БЗ Брованова Н.В.

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>			
20	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-5, Углеводы-1	3-61
200/100	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	74-54
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-65
24	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-54
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>			
40	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-9, Углеводы-2	5-87
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-90
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-57
80	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-56
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-47
200	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-15
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-87
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
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-1 679, Белки-50, Жиры-78, Углеводы-176

Шеф-повар Т.А. Котомчина Калькулятор Н.В. Брованова



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	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-00
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-90
160/80	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	59-63
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-87
27	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-77
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-842, Белки-28, Жиры-49, Углеводы-70	92-94
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	43-00
Итого за Полдник		Калорийность-285, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	65-56
Итого за день		Калорийность-1127, Белки-39, Жиры-58, Углеводы-108	158-50

Директор МАОУ "Лицей №22 "Надежда Сибири" Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Меню "ОВЗ и инвалиды до 12лет" Сов.63

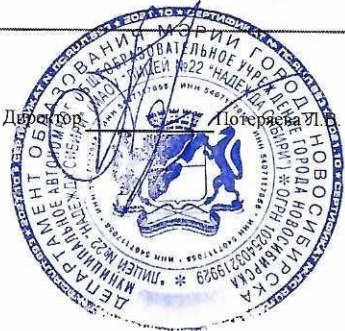
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Комплексе			
60	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-00
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-90
160/80	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	59-63
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-87
27,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-79
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс			92-96
Полдник			
25	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
25	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-62
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	43-00
Итого за Полдник			62-04
Итого за день			155-00

Калорийность-1102, Белки-38, Жиры-56, Углеводы-106

155-00

Шеф-повар _____ Котомчина Т.А.

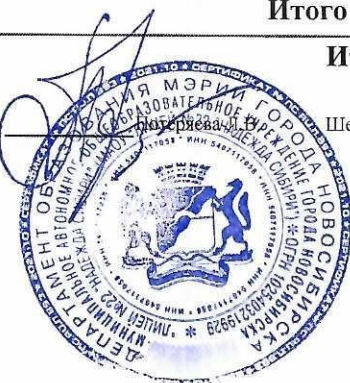
Калькулятор _____ Брованова Н.В.



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	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-34
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	21-13
180/90	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	67-09
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-89
34	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-21
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-1 001, Белки-33, Жиры-59, Углеводы-85	110-43
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-17
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-45
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	43-00
Итого за Полдник		Калорийность-285, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	65-57
Итого за день		Калорийность-1 286, Белки-44, Жиры-68, Углеводы-123	176-00

Директор



Подпись

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

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

Директор _____

Шеф-повар Елеу Шаланова Е.Е.

Калькулятор А.В. Брованова Н.В.

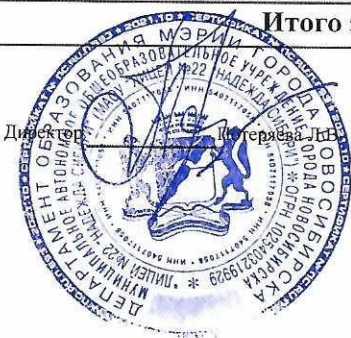


Меню "Многодетные до 11 лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
25	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	4-52
190/95	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	70-81
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-65
21	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-36
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>			
40	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-9, Углеводы-2	5-87
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-90
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-57
80	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-56
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-47
150	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	9-09
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-87
31	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-01
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

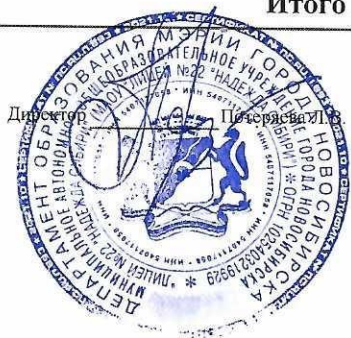
Калорийность-1 581, Белки-47, Жиры-73, Углеводы-162

Шеф-повар Шаланова Е.Е. Калькулятор Бронова 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>			
20	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-5, Углеводы-1	3-61
200/100	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	74-54
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-65
24	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-54
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>			
40	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-9, Углеводы-2	5-87
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-90
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-57
80	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-56
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-47
200	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-15
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-87
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
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-1 679, Белки-50, Жиры-78, Углеводы-176	



Шеф-повар Елес Шаланова Е.Е. Калькулятор Н.В. 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	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-00
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-90
160/80	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	59-63
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-87
27	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-77
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс			92-94
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-95
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	43-00
Итого за Полдник			65-56
Итого за день			158-50
Директор _____ Исполнитель _____		Шеф-повар <u>Шаланова Е.Е.</u> Калькулятор <u>Брованова Н.В.</u>	



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

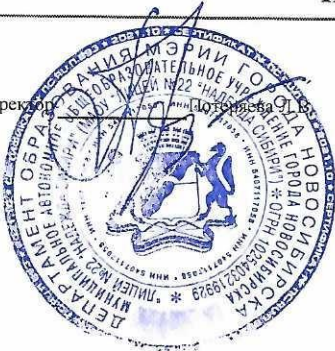
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Комплекс			
60	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-00
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-90
160/80	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	59-63
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-87
27,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-79
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс			92-96
Полдник			
25	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
25	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-62
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	43-00
Итого за Полдник			62-04
Итого за день			155-00

Калорийность-1102, Белки-38, Жиры-56, Углеводы-106

Директор _____

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



Директор _____ Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.