

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 н/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
44,5	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 н/ф н/шк	Калорийность-59, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-6	10-85
60/40	Гуляш из свинины н/ф н/шк	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	41-78
150	Макароньы 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

[Signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Signature]

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	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
<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
48,5	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

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Handwritten 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)		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	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)		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

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	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
34	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-19
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс			84-81
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-79
180	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-30
200	Апельсин овз	Калорийность-76, Белки-2, Углеводы-16	40-00
Итого за Полдник			70-19
Итого за день			155-00

Директор

Позорисва Т.Б.

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)
<u>Комплекс</u>			
100	Салат из моркови с яблоками овз н/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	11-36
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне н/ф овз	Калорийность-98, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	18-08
255	Плов с курицей н/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
<u>Полдник</u>			
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

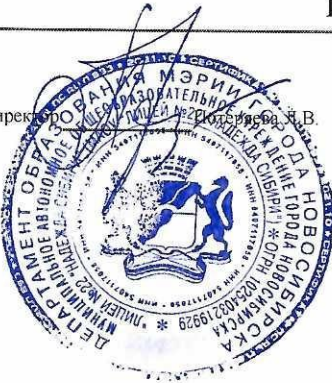
Директор _____

Шеф-повар _____

Котомчина Т.А.

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)		Калорийность-633, Белки-45, Жиры-17, Углеводы-72	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	18-09
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
48	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-24	3-14
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-834, Белки-28, Жиры-39, Углеводы-91	85-00
Итого за день		Калорийность-1 467, Белки-73, Жиры-56, Углеводы-163	170-00

Директор



Шеф-повар

[Signature]

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

[Signature]

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)			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	18-09
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	12-12
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	3-14
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

Директор

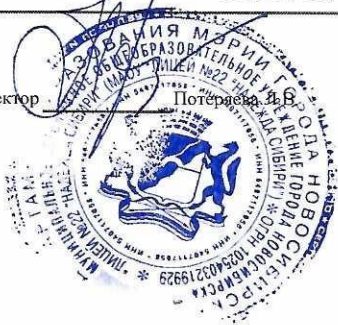
Потеряева Я.В.

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 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
28,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-86
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс			84-48
Полдник			
25	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-98
180	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-09
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			74-02
Итого за день			158-50

Директор



Шеф-повар

Шаланова Е.Е. Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Бронова Н.В. Бронова Н.В.