

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	29-28
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
36	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-32
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

Директор



Петеряева 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	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-77
200	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	39-09
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	2-34
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 на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	13-98
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	2-01
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-1321, Белки-55, Жиры-53, Углеводы-154			

Директор



Шеф-повар

[Signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[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>			
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
29	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-89
25	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10	2-22
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 на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	13-98
45/45	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	48-17
180	Макаронь 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
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-93
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-1 364, Белки-57, Жиры-56, Углеводы-155	

Директор

Потеряева Л.А.

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)
<u>Комплекс</u>			
60	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-00
200	Суп фасолевый на курином бульоне 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	9-12
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			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			67-14
Итого за день			158-50

Директор _____

Шеф-повар _____ Котомчина Т.А.

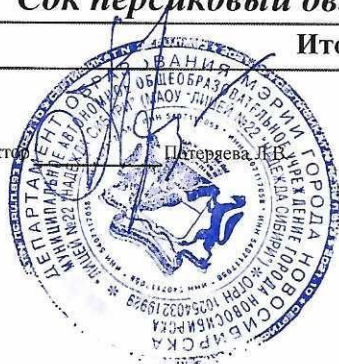
Калькулятор _____ Брованова Н.В.



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)
<u>Комплекс</u>			
60	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-00
200	Суп фасолевый на курином бульоне 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	9-12
180	Компот из брусники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	6-69
29	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-89
Итого за Комплекс			87-86
<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			67-14
Итого за день			155-00

Директор



Петеряева Л.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)
Комплекс			
100	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-34
250	Суп фасолевый на курином бульоне 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-1145, Белки-40, Жиры-38, Углеводы-162	176-00

Директор

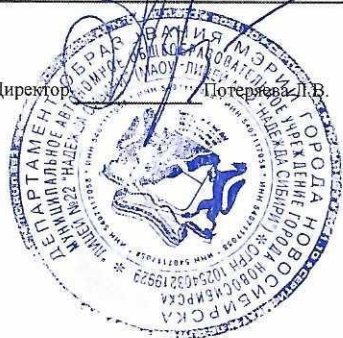
Потеряева Л.Э.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

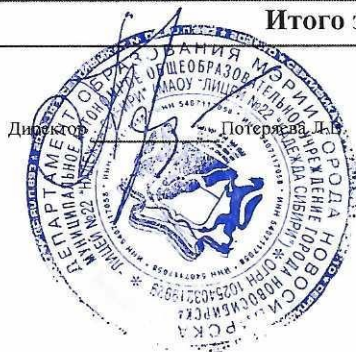


Меню "1-4 классы" Чапл.59

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	29-32
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	2-28
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

Шеф-повар Шаланова Е.Е. Калькулятор Брованова Н.В.



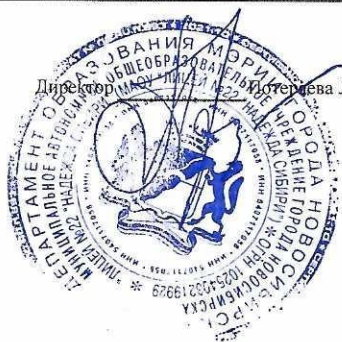
Меню "Многодетные до 11лет" Чапл.59

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	2-78
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	2-35
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 на курином бульоне 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  Кознетсова Л.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	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-78
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
29	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-88
25	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10	2-22
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 на курином бульоне 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-1 364, Белки-57, Жиры-56, Углеводы-155			

Директор

Потеряева Л.С.

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	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-00
200	Суп фасолевый на курином бульоне 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	9-12
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

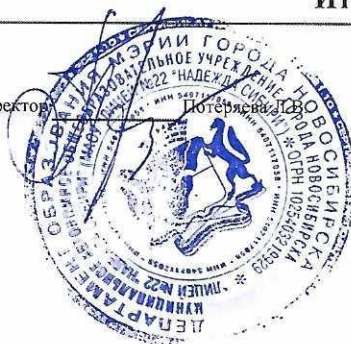
Потеряна

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

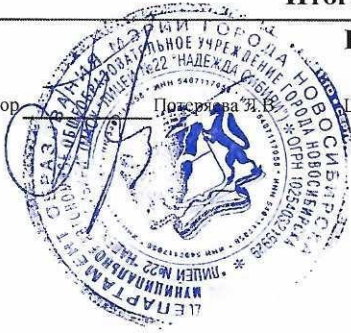
Брованова Н.В.



Меню "ОВЗ и инвалиды до 12лет" 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 на курином бульоне 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	9-12
180	Компот из брусники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	6-69
29	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-89
Итого за Комплекс			87-86
<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			67-14
Итого за день			155-00

Директор



Повар

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)
<u>Комплекс</u>			
100	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-34
250	Суп фасолевый на курином бульоне 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
<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-1145, Белки-40, Жиры-38, Углеводы-162	176-00

Директор



Шеф-повар

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

Брованова Н.В.