

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>			
30	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	4-40
120	Капуста тушеная с мясом п/ф б/пл*	Калорийность-204, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-8	51-70
150	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
50	Булочка с маком б/пл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26	2-35
47	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23	3-07
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>			
25	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-3	8-32
200	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	15-00
120	Курица тушеная с морковью п/ф б/пл*	Калорийность-152, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-5	36-02
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
180	Компот из смородины б/пл	Калорийность-32, Углеводы-8	10-06
33,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-18
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-1 373, Белки-62, Жиры-36, Углеводы-195	

Директор



Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Handwritten signature]

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	4-40
120	Капуста тушеная с мясом п/ф б/пл*	Калорийность-204, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-8	51-70
180	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	21-97
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
50	Булочка с маком б/пл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26	2-35
40	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-60
40	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3	9-98
200	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	15-00
120	Курица тушеная с морковью п/ф б/пл*	Калорийность-152, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-5	36-02
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	12-91
180	Компот из смородины б/пл	Калорийность-32, Углеводы-8	10-06
35	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-26
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-1 437, Белки-64, Жиры-40, Углеводы-203

Директор _____ П.В.

Шеф-повар _____

Котомчина Т.А.

Калькулятор _____

Бронова 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	Винегрет с растительным маслом п/ф овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-65
200	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	15-00
100	Капуста тушеная с мясом п/ф овз*	Калорийность-170, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-7	43-08
150	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
180	Компот из смородины овз	Калорийность-32, Углеводы-8	10-06
33,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-18
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-667, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-86	101-02
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
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
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
Итого за Полдник		Калорийность-364, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-50	57-48
Итого за день		Калорийность-1 031, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-136	158-50

Директор



Катерина Юрьевна

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Меню "ОВЗ и инвалиды до 12 лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Комплекс			
60	Винегрет с растительным маслом п/ф овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-65
200	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	15-00
100	Капуста тушеная с мясом п/ф овз*	Калорийность-170, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-7	43-08
150	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
180	Компот из смородины овз	Калорийность-32, Углеводы-8	10-06
21	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-34
Итого за Комплекс		Калорийность-577, Белки-22, Жиры-24, Углеводы-67	97-52
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
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
150	Яблоко, овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
Итого за Полдник		Калорийность-364, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-50	57-48
Итого за день		Калорийность-941, Белки-35, Жиры-37, Углеводы-117	155-00

Директор _____ Довганько Л.В.

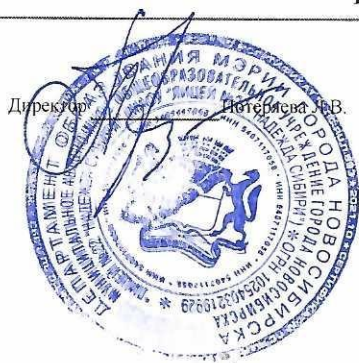
Шеф-повар _____ Котомчина Т.А.

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)
Комплекс			
100	Винегрет с растительным маслом п/ф овз	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-42
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	18-76
100	Капуста тушеная с мясом п/ф овз*	Калорийность-170, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-7	43-08
200	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	25-85
180	Компот из смородины овз	Калорийность-32, Углеводы-8	10-06
43	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	2-80
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Комплекс			Калорийность-830, Белки-28, Жиры-31, Углеводы-108
			118-52
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
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
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
Итого за Полдник			Калорийность-364, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-50
			57-48
Итого за день			Калорийность-1194, Белки-41, Жиры-44, Углеводы-158
			176-00



Директор

Игорь Васильевич

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>			
25	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-5, Углеводы-1	3-67
110	Капуста тушеная с мясом н/ф н/шк*	Калорийность-187, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-7	47-39
100	Картофельное пюре н/ф н/шк	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	13-02
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
50	Булочка с маком н/шк	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26	2-35
33	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-14
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Кукуруза сахарная н/шк	Калорийность-8, Углеводы-2	4-99
150	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне н/ф н/шк	Калорийность-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-14	11-25
100	Курица тушеная с морковью н/ф н/шк*	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	30-02
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
200	Компот из смородины н/шк	Калорийность-35, Углеводы-8	11-18
28	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-80
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
		Калорийность-1 086, Белки-49, Жиры-32, Углеводы-147	

Директор  Л.В.

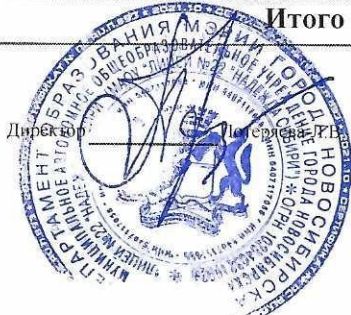
Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.



Меню "Многодетные до 11 лет" Чапл.59

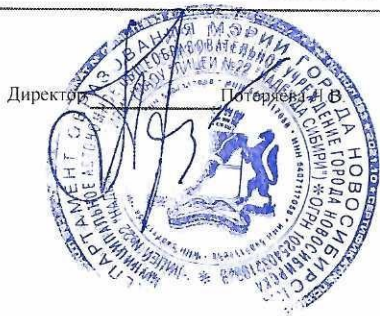
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	4-40
120	Капуста тушеная с мясом п/ф б/пл*	Калорийность-204, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-8	51-70
150	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
50	Булочка с маком б/пл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26	2-35
47	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23	3-07
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>			
25	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-3	8-32
200	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	15-01
120	Курица тушеная с морковью п/ф б/пл*	Калорийность-152, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-5	36-03
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
180	Компот из смородины б/пл	Калорийность-32, Углеводы-8	10-06
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-16
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-1 370, Белки-62, Жиры-36, Углеводы-194	



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

Меню "Многодетные от 11 лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	4-40
120	Капуста тушеная с мясом п/ф б/пл*	Калорийность-204, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-8	51-70
180	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	21-97
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
50	Булочка с маком б/пл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26	2-35
40	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-60
40	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3	9-98
200	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	15-01
120	Курица тушеная с морковью п/ф б/пл*	Калорийность-152, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-5	36-03
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	12-91
180	Компот из смородины б/пл	Калорийность-32, Углеводы-8	10-06
34,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-24
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-1 437, Белки-64, Жиры-40, Углеводы-203			



Директор

Потеряна

Шеф-повар

Е.Е. Шаланова

Шаланова Е.Е.

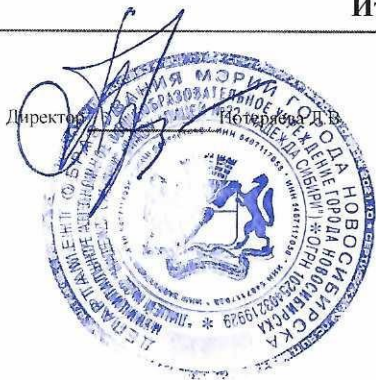
Калькулятор

Н.В. Брованова

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)
<u>Комплекс</u>			
60	Винегрет с растительным маслом п/ф овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-65
200	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	15-00
100	Капуста тушеная с мясом п/ф овз*	Калорийность-170, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-7	43-08
150	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
180	Компот из смородины овз	Калорийность-32, Углеводы-8	10-06
33,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-18
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-667, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-86	101-02
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
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
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
Итого за Полдник		Калорийность-364, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-50	57-48
Итого за день		Калорийность-1 031, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-136	158-50



Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е.

Калькулятор _____ Брованова Н.В.

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	Винегрет с растительным маслом п/ф овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-65
200	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	15-00
100	Капуста тушеная с мясом п/ф овз*	Калорийность-170, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-7	43-08
150	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	19-39
180	Компот из смородины овз	Калорийность-32, Углеводы-8	10-06
21	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-34
Итого за Комплекс		Калорийность-577, Белки-22, Жиры-24, Углеводы-67	97-52
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
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
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
Итого за Полдник		Калорийность-364, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-50	57-48
Итого за день		Калорийность-941, Белки-35, Жиры-37, Углеводы-117	155-00

Директор

Губарева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Бронова 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	Винегрет с растительным маслом п/ф овз	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-42
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	18-76
100	Капуста тушеная с мясом п/ф овз*	Калорийность-170, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-7	43-08
200	Картофельное пюре овз п/ф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	25-85
180	Компот из смородины овз	Калорийность-32, Углеводы-8	10-06
43	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	2-80
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Комплекс		Калорийность-830, Белки-28, Жиры-31, Углеводы-108	118-52
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
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
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
Итого за Полдник		Калорийность-364, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-50	57-48
Итого за день		Калорийность-1194, Белки-41, Жиры-44, Углеводы-158	176-00



Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.