

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 п/ф н/шк	Калорийность-315, Белки-27, Жиры-8, Углеводы-33	49-82
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
42,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	2-76
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	2-62
150	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф н/шк	Калорийность-59, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-6	10-74
60/40	Гуляш из свинины п/ф н/шк	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	41-78
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-01
180	Компот из облепихи н/шк	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-27
24	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-58
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
		Калорийность-1 203, Белки-58, Жиры-53, Углеводы-123	

Л.В.

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	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	63-52
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
21,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-40
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>			
60	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-2	7-22
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-98, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	17-92
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	9-02
180	Компот из облепихи б/пл	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-23
33,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-17
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-1 426, Белки-72, Жиры-56, Углеводы-155

170-00

Директор _____ Потряев 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>			
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	66-01
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
29,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-91
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	7-22
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-98, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	17-92
60/40	Гуляш из свинины п/ф б/пл	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	41-78
200	Макаронны отварные б/пл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-05
180	Компот из облепихи б/пл	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-23
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-1 522, Белки-75, Жиры-59, Углеводы-171

Директор



Шеф-повар

[Handwritten signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

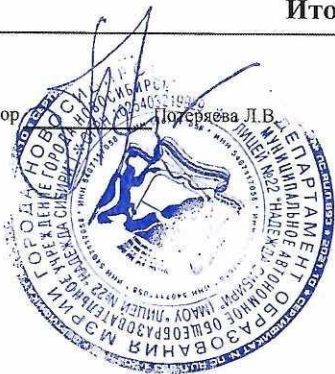
[Handwritten signature]

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 моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-69
200	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-78, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-7	14-32
200	Плов с курицей п/ф овз	Калорийность-315, Белки-27, Жиры-8, Углеводы-33	54-14
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-75
29	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-90
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс			84-46
Полдник			
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			74-04
Итого за день			158-50

Директор



Погорелова Л.В.

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	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-69
200	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-78, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-7	14-32
200	Плов с курицей п/ф овз	Калорийность-315, Белки-27, Жиры-8, Углеводы-33	54-14
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-75
34,5	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			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



Горюхова Л.Э.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Меню "ОВЗ и инвалиды от 12лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Комплекс			
100	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	11-15
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-98, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	17-90
255	Плов с курицей п/ф овз	Калорийность-401, Белки-35, Жиры-10, Углеводы-42	63-51
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-75
31	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	1-99
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс			101-96
Полдник			
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			74-04
Итого за день			176-00

Директор



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	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-99
200	Плов с курицей п/ф н/шк	Калорийность-315, Белки-27, Жиры-8, Углеводы-33	49-82
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
42,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	2-76
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	2-62
150	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф н/шк	Калорийность-59, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-6	10-74
60/40	Гуляш из свинины п/ф н/шк	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	41-78
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-01
180	Компот из облепихи н/шк	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-28
24	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-57
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
Калорийность-1 203, Белки-58, Жиры-53, Углеводы-123			

Директор



Шеф-повар

[Signature]

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

[Signature]

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	63-52
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
22	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-40
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>			
60	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-2	7-14
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-98, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	17-90
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	9-01
180	Компот из облепихи б/пл	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-27
34,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-24
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-1 428, Белки-72, Жиры-56, Углеводы-155

Директор

Модерлева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Меню "Многодетные от 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>			
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	66-01
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
29,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-91
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	7-14
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-98, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	17-90
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	12-02
180	Компот из облепихи б/пл	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-27
34,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-23
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-1 527, Белки-75, Жиры-59, Углеводы-172	

Директор



Потребитель

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)
Комплекс			
60	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-56
200	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-78, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-7	14-32
200	Плов с курицей п/ф овз	Калорийность-315, Белки-27, Жиры-8, Углеводы-33	54-15
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-70
32	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-07
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс			84-46
Полдник			
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			74-04
Итого за день			158-50

Директор



Исполнитель

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)
Комплекс			
60	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-56
200	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-78, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-7	14-32
200	Плов с курицей п/ф овз	Калорийность-315, Белки-27, Жиры-8, Углеводы-33	54-15
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-70
37	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-42
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



Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Шаланова Е.Е.

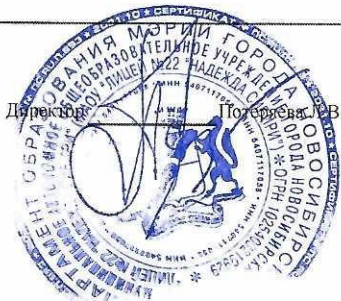
Калькулятор

Брованова Н.В.

Брованова Н.В.

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Комплекс			
100	Салат из моркови с яблоками овз п/ф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	10-94
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-98, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9	17-90
255	Плов с курицей п/ф овз	Калорийность-401, Белки-35, Жиры-10, Углеводы-42	63-52
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	4-70
34,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-24
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-803, Белки-46, Жиры-25, Углеводы-94	101-96
Полдник			
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-1159, Белки-59, Жиры-35, Углеводы-145	176-00



Директор

Посетитель

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.