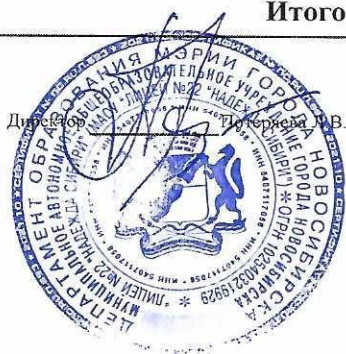


Меню "Многодетные до 11 лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
40	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	13-31
75	Котлета рыбная (кета) б/пл*	Калорийность-123, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-6	39-61
200	Макароны отварные с сыром б/пл	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	20-60
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-80
31	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-02
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-618, Белки-30, Жиры-14, Углеводы-90	85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
40	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-10, Белки-1, Углеводы-2	5-91
200	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-13
120	Голень цыплят бройлеров запечённая б/пл	Калорийность-316, Белки-25, Жиры-24	42-21
200	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-08
200	Компот из кураги б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-59
37	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-42
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-921, Белки-45, Жиры-36, Углеводы-105	85-00
Итого за день		Калорийность-1 539, Белки-75, Жиры-50, Углеводы-195	170-00



Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Бронова 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>			
40	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	13-31
75	Котлета рыбная (кета) б/пл*	Калорийность-123, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-6	39-61
200	Макароны отварные с сыром б/пл	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	20-60
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-80
50	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	3-24
50	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-44
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-702, Белки-33, Жиры-15, Углеводы-108	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
40	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-10, Белки-1, Углеводы-2	5-91
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-13
120	Голень цыплят бройлеров запечённая б/пл	Калорийность-316, Белки-25, Жиры-24	42-21
200	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-08
200	Компот из кураги б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-59
37	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-42
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-954, Белки-46, Жиры-37, Углеводы-109	88-00
Итого за день		Калорийность-1 656, Белки-79, Жиры-52, Углеводы-217	176-00

Директор _____ Л.В.

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)
Комплекс			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	7-21
200	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-13
75	Котлета рыбная (кета) овз*	Калорийность-123, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-6	39-61
150	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-45
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-59
36	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-35
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-712, Белки-35, Жиры-20, Углеводы-99	87-00
Полдник			
70	Сырники овз	Калорийность-149, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-14	25-45
30	Молоко сгущенное с сахаром овз	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	10-10
200	Кефир 2,5% овз	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	16-66
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	19-29
Итого за Полдник		Калорийность-414, Белки-23, Жиры-13, Углеводы-54	71-50
Итого за день		Калорийность-1126, Белки-58, Жиры-33, Углеводы-153	158-50

Директор _____



Шеф-повар _____

Котомчина Т.А.

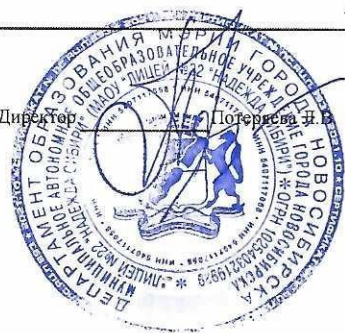
Калькулятор _____

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)
Комплекс			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	7-21
200	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-13
75	Котлета рыбная (кета) овз*	Калорийность-123, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-6	39-61
150	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-45
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-59
34	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-22
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-708, Белки-35, Жиры-20, Углеводы-98	86-87
Полдник			
70	Сырники овз	Калорийность-149, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-14	25-45
20	Молоко сгущенное с сахаром овз	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	6-73
200	Кефир 2,5% овз	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	16-66
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	19-29
Итого за Полдник		Калорийность-381, Белки-22, Жиры-12, Углеводы-48	68-13
Итого за день		Калорийность-1 089, Белки-57, Жиры-32, Углеводы-146	155-00

Директор



Шеф-повар

[Signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Signature]

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	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	12-01
250	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-17
75	Котлета рыбная (кета) овз*	Калорийность-123, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-6	39-61
200	Макароньы отварные с сыром овз	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	20-60
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-59
28	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-81
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-821, Белки-38, Жиры-25, Углеводы-109	99-45
Полдник			
70	Сырники овз	Калорийность-149, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-14	25-45
45	Молоко сгущенное с сахаром овз	Калорийность-147, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	15-15
200	Кефир 2,5% овз	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	16-66
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	19-29
Итого за Полдник		Калорийность-463, Белки-24, Жиры-14, Углеводы-62	76-55
Итого за день		Калорийность-1 284, Белки-62, Жиры-39, Углеводы-171	176-00

Директор _____ Л.В.

Шеф-повар _____

Котомчина Т.А.

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>			
40	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	13-31
75	Котлета рыбная (кета) б/пл*	Калорийность-123, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-6	39-61
200	Макароны отварные с сыром б/пл	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	20-58
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-80
50	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	3-26
50	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-44
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-702, Белки-33, Жиры-15, Углеводы-108	88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
40	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-10, Белки-1, Углеводы-2	6-04
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-15
120	Голень цыплят бройлеров запечённая б/пл	Калорийность-316, Белки-25, Жиры-24	42-17
200	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-08
200	Компот из кураги б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-59
35,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-31
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-951, Белки-46, Жиры-37, Углеводы-109	88-00
Итого за день		Калорийность-1 653, Белки-79, Жиры-52, Углеводы-217	176-00

Директор



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	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Комплекс			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	7-67
200	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-16
75	Котлета рыбная (кета) овз*	Калорийность-123, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-6	39-61
150	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-45
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-59
42	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	2-75
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-726, Белки-35, Жиры-20, Углеводы-102	87-89
Полдник			
70	Сырники овз	Калорийность-149, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-14	25-46
30	Молоко сгущенное с сахаром овз	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	10-10
200	Кефир 2,5% овз	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	16-66
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-39
Итого за Полдник		Калорийность-414, Белки-23, Жиры-13, Углеводы-54	70-61
Итого за день		Калорийность-1140, Белки-58, Жиры-33, Углеводы-156	158-50

Директор _____

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	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	7-67
200	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-16
75	Котлета рыбная (кета) овз*	Калорийность-123, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-6	39-61
150	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-45
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-59
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-62
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-722, Белки-35, Жиры-20, Углеводы-101	87-76
<u>Полдник</u>			
70	Сырники овз	Калорийность-149, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-14	25-46
20	Молоко сгущенное с сахаром овз	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	6-73
200	Кефир 2,5% овз	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	16-66
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-39
Итого за Полдник		Калорийность-381, Белки-22, Жиры-12, Углеводы-48	67-24
Итого за день		Калорийность-1103, Белки-57, Жиры-32, Углеводы-149	155-00

Директор



Шеф-повар

[Signature]

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

[Signature]

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	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	12-79
250	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-21
75	Котлета рыбная (кета) овз*	Калорийность-123, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-6	39-61
200	Макаронны отварные с сыром овз	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	20-60
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-59
29	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-88
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-823, Белки-38, Жиры-25, Углеводы-109	100-34
Полдник			
70	Сырники овз	Калорийность-149, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-14	25-46
45	Молоко сгущенное с сахаром овз	Калорийность-147, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25	15-15
200	Кефир 2,5% овз	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	16-66
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-39
Итого за Полдник		Калорийность-463, Белки-24, Жиры-14, Углеводы-62	75-66
Итого за день		Калорийность-1 286, Белки-62, Жиры-39, Углеводы-171	176-00

Директор _____ Подпись Н.В.

Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е.

Калькулятор _____ Брованова Н.В.

