

Меню "1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (1 смена)			
20	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	2-62
150	Омлет натуральный н/шк	Калорийность-226, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-3	32-71
180	Какао с молоком сгущенным н/шк	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	15-27
150	Яблоко н/шк	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
22,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-40
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
Обед (2 смена)			
15	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-66
45/45	Гуляш из говядины п/ф н/шк*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	47-82
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	8-79
180	Компот из брусники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	7-71
32	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-02
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00

Директор  Потарьева 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	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	2-96
200	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	43-52
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	16-97
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
28,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-78
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-612, Белки-24, Жиры-28, Углеводы-64	85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-44
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-10
45/45	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	47-82
150	Макароньы отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	8-79
180	Компот из брусники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	7-71
38	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-37
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-685, Белки-30, Жиры-25, Углеводы-85	85-00
Итого за день		Калорийность-1 297, Белки-54, Жиры-53, Углеводы-149	170-00

Директор _____ Катеряева Л.В.

Шеф-повар _____ Котомчина Т.А.

Калькулятор _____ Брованова Н.В.

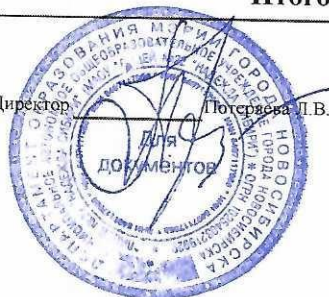


Меню "Многодетные от 11 лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	3-55
210	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-316, Белки-18, Жиры-25, Углеводы-5	45-70
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	16-97
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
32	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-01
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-66
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-10
45/45	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	47-82
180	Макароны отварные б/пл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	10-57
180	Компот из брусники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	7-71
38	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-37
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-1 361, Белки-56, Жиры-55, Углеводы-158	

Директор

Потеряева 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)
<u>Комплекс</u>			
60	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	7-70
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-09
45/45	Гуляш из говядины п/ф овз*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	47-82
150	Макароны отварные овз	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	8-79
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	8-57
29,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-83
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-734, Белки-30, Жиры-29, Углеводы-87	90-57
<u>Полдник</u>			
225	Апельсин овз	Калорийность-85, Белки-2, Углеводы-18	51-73
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-20
Итого за Полдник		Калорийность-206, Белки-3, Углеводы-48	67-93
Итого за день		Калорийность-940, Белки-33, Жиры-29, Углеводы-135	158-50



Директор _____ Потеряева Л.В.

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	7-70
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-09
45/45	Гуляш из говядины п/ф овз*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	47-82
140	Макароны отварные овз	Калорийность-184, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-31	8-20
180	Компот из брусники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	7-71
25	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-55
Итого за Комплекс		Калорийность-666, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-73	87-07
<u>Полдник</u>			
225	Апельсин овз	Калорийность-85, Белки-2, Углеводы-18	51-73
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-20
Итого за Полдник		Калорийность-206, Белки-3, Углеводы-48	67-93
Итого за день		Калорийность-872, Белки-32, Жиры-29, Углеводы-121	155-00



Директор _____ Потеряева Л.В.


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	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	12-84
250	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	17-61
50/50	Гуляш из говядины п/ф овз*	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	53-13
200	Макароны отварные овз	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	11-72
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	8-57
39	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-43
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-919, Белки-36, Жиры-37, Углеводы-110	108-07
<u>Полдник</u>			
225	Апельсин овз	Калорийность-85, Белки-2, Углеводы-18	51-73
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-20
Итого за Полдник		Калорийность-206, Белки-3, Углеводы-48	67-93
Итого за день		Калорийность-1 125, Белки-39, Жиры-37, Углеводы-158	176-00

Директор  Потеряева Л.В.

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	2-99
150	Омлет натуральный н/шк	Калорийность-226, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-3	32-67
180	Какао с молоком сгущенным н/шк	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	15-27
145	Яблоко н/шк	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14	17-40
27	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-67
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-66
45/45	Гуляш из говядины п/ф н/шк*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	47-82
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	8-88
180	Компот из брусники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	7-70
31	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	1-94
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00

Директор  Потарьева И.В.

Документов

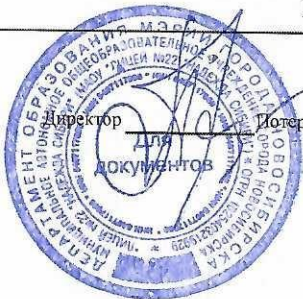
Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

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	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	3-91
200	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	43-15
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	16-99
145	Яблоко б/пл	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14	17-40
28,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-78
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)			85-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
10	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-44
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-16
45/45	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	47-82
150	Макароны отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	8-87
180	Компот из брусники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	7-70
36	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-24
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-1 290, Белки-54, Жиры-53, Углеводы-147	



Директор Исхриева 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	3-91
215	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-323, Белки-18, Жиры-26, Углеводы-5	46-39
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	16-99
145	Яблоко б/пл	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14	17-40
25	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-54
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-66
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-16
45/45	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	47-82
180	Макароны отварные б/пл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	10-65
180	Компот из брусники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	7-70
36	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	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-1 344, Белки-56, Жиры-56, Углеводы-152



Директор Петряева Л.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	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	7-70
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-13
45/45	Гуляш из говядины п/ф овз*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	47-82
150	Макароны отварные овз	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	8-89
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	8-56
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-19
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-765, Белки-32, Жиры-29, Углеводы-93	91-95
Полдник			
220	Апельсин овз	Калорийность-83, Белки-2, Углеводы-18	50-32
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-23
Итого за Полдник		Калорийность-204, Белки-3, Углеводы-48	66-55
Итого за день		Калорийность-969, Белки-35, Жиры-29, Углеводы-141	158-50

Директор

Потряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



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

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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	12-84
250	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	17-67
50/50	Гуляш из говядины п/ф овз*	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	53-13
200	Макароны отварные овз	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	11-85
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	8-56
44	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	2-74
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-950, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-117	109-45
<u>Полдник</u>			
220	Апельсин овз	Калорийность-83, Белки-2, Углеводы-18	50-32
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-23
Итого за Полдник		Калорийность-204, Белки-3, Углеводы-48	66-55
Итого за день		Калорийность-1154, Белки-40, Жиры-37, Углеводы-165	176-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

