

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>			
15	Перец болгарский в нарезке н/шк	Калорийность-4, Углеводы-1	2-36
160/80	Жаркое со свиной п/ф н/шк	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	60-77
200	Чай со смородиной и сахаром н/шк	Калорийность-31, Углеводы-7	5-61
20	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-26
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-4, Углеводы-1	3-83
150	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф н/шк	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10	12-24
80	Биточки (особые) п/ф н/шк	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-70
25	Соус сметанный н/шк	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-45
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	8-84
200	Компот из клубники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	4-42
24	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-52
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00

Калорийность-1 283, Белки-38, Жиры-62, Углеводы-126

Потеряева 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	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-94
180/90	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	70-60
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-61
35	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-19
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>			
40	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-9, Углеводы-2	7-68
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-33
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-57
80	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-66
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-45
150	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	8-84
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-42
22	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-39
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-1 560, Белки-47, Жиры-71, Углеводы-164



Директор

Потеряева Л.В.

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>			
20	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-5, Углеводы-1	3-15
190/95	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	74-52
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-61
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-06
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>			
40	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-9, Углеводы-2	7-68
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-33
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-57
80	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-66
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-45
200	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	11-79
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-42
23	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-44
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-1 651, Белки-50, Жиры-75, Углеводы-174



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)
Комплекс			
60	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-53
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-30
160/80	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	58-55
180	Компот из клубники овз	Калорийность-26, Углеводы-7	3-98
26	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-60
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-856, Белки-29, Жиры-49, Углеводы-74	90-62
Полдник			
25	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-60
180	Чай с сахаром овз	Калорийность-24, Углеводы-6	1-27
25	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-56
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	49-45
Итого за Полдник		Калорийность-254, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-35	67-88
Итого за день		Калорийность-1110, Белки-39, Жиры-56, Углеводы-109	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)
Комплекс			
60	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-53
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-30
160/80	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	58-55
180	Компот из клубники овз	Калорийность-26, Углеводы-7	3-98
24,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-53
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-854, Белки-29, Жиры-49, Углеводы-73	90-55
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-48
180	Чай с сахаром овз	Калорийность-24, Углеводы-6	1-27
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-25
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	49-45
Итого за Полдник		Калорийность-224, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-33	64-45
Итого за день		Калорийность-1 078, Белки-38, Жиры-55, Углеводы-106	155-00



Директор

Мотеряева 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)
Комплекс			
100	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	12-56
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	20-38
180/90	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	65-87
180	Компот из клубники овз	Калорийность-26, Углеводы-7	3-98
43	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	2-67
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-1 038, Белки-34, Жиры-59, Углеводы-93	108-12
Полдник			
25	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-60
180	Чай с сахаром овз	Калорийность-24, Углеводы-6	1-27
25	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-56
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	49-45
Итого за Полдник		Калорийность-254, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-35	67-88
Итого за день		Калорийность-1 292, Белки-44, Жиры-66, Углеводы-128	176-00

Директор

Потеряева Л.В.



Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Меню "1-4 классы" Чап.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	Перец болгарский в нарезке н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-93
150/75	Жаркое со свиной п/ф н/шк	Калорийность-495, Белки-17, Жиры-38, Углеводы-21	58-12
200	Чай со смородиной и сахаром н/шк	Калорийность-31, Углеводы-7	5-61
37,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-34
Итого за Завтрак (1 смена)			70-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-4, Углеводы-1	3-84
150	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф н/шк	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10	12-23
80	Биточки (особые) п/ф н/шк	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-82
25	Соус сметанный н/шк	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-45
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	8-84
200	Компот из клубники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	4-42
22,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-40
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00

Калорийность-1 292, Белки-37, Жиры-59, Углеводы-133



Директор Л.В. Петряева

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>			
25	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-94
180/90	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	71-97
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-61
27,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-71
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>			
40	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-9, Углеводы-2	7-68
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-31
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-57
80	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-77
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-45
150	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	8-84
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-42
35	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-19
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-1 536, Белки-45, Жиры-71, Углеводы-159	

Директор

Потеряева 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>			
20	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-5, Углеводы-1	3-15
190/95	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	75-97
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-61
24	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-50
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>			
40	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-9, Углеводы-2	7-68
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-31
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-57
80	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-77
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-45
200	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	11-79
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-42
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-1 622, Белки-48, Жиры-75, Углеводы-169



Директор

Исгаряева Л.В.

Шеф-повар

Зеленый

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Бронова

Бронова 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	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-13
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-32
160/80	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	58-54
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-42
32	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-00
25	Хлеб бородинский овз	Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10	2-22
Итого за Комплекс		Калорийность-864, Белки-29, Жиры-49, Углеводы-75	90-63
<u>Полдник</u>			
25	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-59
180	Чай с сахаром овз	Калорийность-24, Углеводы-6	1-27
25	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-56
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	49-45
Итого за Полдник		Калорийность-254, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-35	67-87
Итого за день		Калорийность-1118, Белки-39, Жиры-56, Углеводы-110	158-50



Директор

Евгеньева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

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	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-13
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-32
160/80	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	58-54
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-42
31	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	1-93
25	Хлеб бородинский овз	Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10	2-22
Итого за Комплекс		Калорийность-862, Белки-29, Жиры-49, Углеводы-74	90-56
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-47
180	Чай с сахаром овз	Калорийность-24, Углеводы-6	1-27
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-25
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	49-45
Итого за Полдник		Калорийность-224, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-33	64-44
Итого за день		Калорийность-1 086, Белки-38, Жиры-55, Углеводы-107	155-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

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	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	11-89
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	20-40
180/90	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	65-86
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-42
32	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-01
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Комплекс			108-13
Полдник			
25	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-59
180	Чай с сахаром овз	Калорийность-24, Углеводы-6	1-27
25	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-56
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	49-45
Итого за Полдник			67-87
Итого за день			176-00



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.