

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	2-37
150/75	Жаркое со свиной п/ф н/шк	Калорийность-495, Белки-17, Жиры-38, Углеводы-21	59-92
200	Чай со смородиной и сахаром н/шк	Калорийность-31, Углеводы-7	5-61
34	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-10
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	35-94
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
20.5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-28
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
		Калорийность-1 276, Белки-37, Жиры-59, Углеводы-130	



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Меню "Многодетные до 11лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак (1 смена)

20	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-5, Углеводы-1	3-16
180/90	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	72-71
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-61
28	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-75
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)			85-00

Обед (2 смена)

20	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	3-84
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-20
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	40-41
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
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 Обед (2 смена)			85-00

Итого за день Калорийность-1 504, Белки-44, Жиры-71, Углеводы-153 **170-00**

Директор

Потеряева 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	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-1	4-74
180/90	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	72-71
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-61
36.5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-28
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>			
20	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	3-84
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-20
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	40-41
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
25	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-55
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



Директор

Шотеряева 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 свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	6-77
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-29
170/85	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	62-21
180	Компот из клубники овз	Калорийность-26, Углеводы-7	3-98
27	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-69
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-872, Белки-29, Жиры-51, Углеводы-72	92-71
<u>Полдник</u>			
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	47-36
Итого за Полдник		Калорийность-254, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-35	65-79
Итого за день		Калорийность-1 126, Белки-39, Жиры-58, Углеводы-107	158-50

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 свекольная овз п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	11-29
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	20-37
190/95	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	69-52
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-42
45.5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	2-84
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-1 062, Белки-34, Жиры-61, Углеводы-92	110-21
<u>Полдник</u>			
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	47-36
Итого за Полдник		Калорийность-254, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-35	65-79
Итого за день		Калорийность-1 316, Белки-44, Жиры-68, Углеводы-127	176-00

Директор

Потеряева Л.В.



Шеф-повар

Котомчина Т.А.

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>			
20	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-5, Углеводы-1	3-15
180/90	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	72-74
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-61
28	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-73
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	36-15
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
29	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-81
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-1 521, Белки-44, Жиры-71, Углеводы-156	

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Для документов



Меню "1-4 классы" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (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
150/75	Жаркое со свиной п/ф н/шк	Калорийность-495, Белки-17, Жиры-38, Углеводы-21	59-75
200	Чай со смородиной и сахаром н/шк	Калорийность-31, Углеводы-7	5-60
37	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-29
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	12-15
80	Биточки (особые) п/ф н/шк	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	35-98
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	4-41
21	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-33
Итого за Обед (2 смена)			70-00
Итого за день			140-00
		Калорийность-1 283, Белки-37, Жиры-59, Углеводы-131	

Директор  Потеряева Л.В.

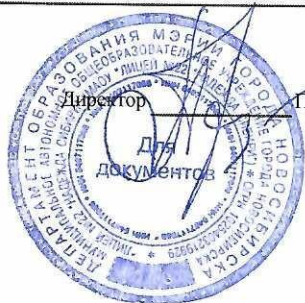
Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

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)
<u>Комплекс</u>			
60	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	6-24
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	15-81
170/85	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	61-35
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-42
29	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-83
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-899, Белки-30, Жиры-51, Углеводы-77	92-31
<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	47-77
Итого за Полдник		Калорийность-254, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-35	66-19
Итого за день		Калорийность-1153, Белки-40, Жиры-58, Углеводы-112	158-50



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е. Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В. 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	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-8, Углеводы-1	4-72
180/90	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	72-74
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-61
36.5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-27
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-779, Белки-26, Жиры-46, Углеводы-63	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	36-15
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
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-86
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-849, Белки-22, Жиры-27, Углеводы-112	88-00
Итого за день		Калорийность-1 628, Белки-48, Жиры-73, Углеводы-175	176-00



Директор

Потеряева Л.В.

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	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	6-24
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	15-81
170/85	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	61-35
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-42
28	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-76
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-897, Белки-30, Жиры-51, Углеводы-77	92-24
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	47-77
Итого за Полдник		Калорийность-224, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-33	62-76
Итого за день		Калорийность-1 121, Белки-39, Жиры-57, Углеводы-110	155-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

