

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	2-71
170/85	Жаркое со свининой п/ф н/шк	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	69-21
200	Чай со смородиной и сахаром н/шк	Калорийность-31, Углеводы-7	5-22
31	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-11
Итого за Завтрак (1 смена)			79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	3-05
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф н/шк	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-41
90	Биточки (особые) п/ф н/шк	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	40-93
25	Соус сметанный н/шк	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-67
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	9-38
200	Компот из клубники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
20	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-37
Итого за Обед (2 смена)			79-25
Итого за день			158-50



Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

Меню "Многодетные 7-11 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>			
15	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-71
200/100	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	81-43
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-22
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-23
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Завтрак (1 смена)			94-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	6-10
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	20-51
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-85
90	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	40-93
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-67
150	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	9-38
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
25	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-71
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед (2 смена)			94-25
Итого за день			188-50

Калорийность-1 687, Белки-51, Жиры-79, Углеводы-173



Директор Игоряева Л.В.

Шеф-повар Котомчина Т.А.

Калькулятор Бронова Н.В.

Меню "Многодетные от 12 лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (1 смена)			
15	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-71
200/100	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	81-43
180	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-6	4-70
20,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-39
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)			92-00
Обед (2 смена)			
15	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-05
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	20-51
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-85
90	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	40-93
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-67
180	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	11-26
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
22,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-52
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)			92-00
Итого за день			184-00

Калорийность-1 648, Белки-49, Жиры-80, Углеводы-163



Директор Полтерьева 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	7-09
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-41
170/85	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	69-21
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
28	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-88
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-897, Белки-30, Жиры-51, Углеводы-77	101-69
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-68
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-35
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	49-45
Итого за Полдник		Калорийность-227, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-33	64-86
Итого за день		Калорийность-1 124, Белки-39, Жиры-57, Углеводы-110	166-55

Директор _____ Подгряева Л.В.

Шеф-повар _____

Котомчина Т.А.

Калькулятор _____

Брованова Н.В.



Меню "ОВЗ и инвалиды 7-11 лет" 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	7-09
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-41
170/85	Жаркое со свининой п/ф овз	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	69-21
180	Компот из клубники овз	Калорийность-26, Углеводы-7	3-99
34	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-32
Итого за Комплекс		Калорийность-849, Белки-29, Жиры-51, Углеводы-68	99-02
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-68
180	Чай с сахаром овз	Калорийность-24, Углеводы-6	1-24
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-35
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	48-30
Итого за Полдник		Калорийность-222, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-33	63-57
Итого за день		Калорийность-1 071, Белки-38, Жиры-57, Углеводы-101	162-59

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар _____ Котомчина Т.А.

Калькулятор _____ Брованова Н.В.



Меню "ОВЗ и инвалиды от 12 лет" 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	11-82
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	20-51
190/95	Жаркое со свининой п/ф овз	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	77-36
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
44	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	2-97
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-1 076, Белки-35, Жиры-61, Углеводы-95	119-76
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-68
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-35
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	49-45
Итого за Полдник		Калорийность-227, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-33	64-86
Итого за день		Калорийность-1 303, Белки-44, Жиры-67, Углеводы-128	184-62



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

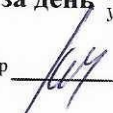
Калькулятор

Брованова Н.В.


Меню "СВО" 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	4-52
160/80	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	65-15
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-22
31	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-11
Итого за Завтрак (1 смена)			77-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-05
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-41
90	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	40-93
150	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	9-38
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
41	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-79
Итого за Обед (2 смена)			77-00
Итого за день			154-00
			Калорийность-1 390, Белки-42, Жиры-62, Углеводы-144

Директор  Потбурьева 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>			
15	Перец болгарский в нарезке н/шк	Калорийность-4, Углеводы-1	2-71
170/85	Жаркое со свиной п/ф н/шк	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	69-21
200	Чай со смородиной и сахаром н/шк	Калорийность-31, Углеводы-7	5-22
31	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-11
Итого за Завтрак (1 смена)			79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	3-05
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф н/шк	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-41
90	Биточки (особые) п/ф н/шк	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	40-93
25	Соус сметанный н/шк	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-67
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	9-38
200	Компот из клубники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
20	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-37
Итого за Обед (2 смена)			79-25
Итого за день			158-50

Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.



Меню "Многодетные 7-11 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>			
15	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-71
200/100	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	81-43
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-22
33	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-23
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Завтрак (1 смена)			94-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	6-10
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	20-51
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-85
90	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	40-93
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-67
150	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	9-38
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
25	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-71
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед (2 смена)			94-25
Итого за день			188-50



Директор Дотеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Броанова Н.В.

Меню "Многодетные от 12 лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (1 смена)			
15	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-71
200/100	Жаркое со свиной п/ф б/пл	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	81-43
180	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-6	4-70
20,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-39
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)			92-00
Обед (2 смена)			
15	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-05
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	20-51
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-85
90	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	40-93
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-67
180	Каша перловая рассыпчатая б/пл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	11-26
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
22,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-52
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)			92-00
Итого за день			184-00
Калорийность-1 648, Белки-49, Жиры-80, Углеводы-163			



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	зн. 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	7-09
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-41
170/85	Жаркое со свининой п/ф овз	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	69-21
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
28	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-88
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-897, Белки-30, Жиры-51, Углеводы-77	101-69
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-68
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-35
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	49-45
Итого за Полдник		Калорийность-227, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-33	64-86
Итого за день		Калорийность-1124, Белки-39, Жиры-57, Углеводы-110	166-55



Директор Потеряева Л.В.
 Шеф-повар Шаланова Е.Е.
 Калькулятор Брованова Н.В.

Меню "ОВЗ и инвалиды 7-11 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	7-09
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-41
170/85	Жаркое со свининой п/ф овз	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	69-21
180	Компот из клубники овз	Калорийность-26, Углеводы-7	3-99
34	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-32
Итого за Комплекс		Калорийность-849, Белки-29, Жиры-51, Углеводы-68	99-02
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-68
180	Чай с сахаром овз	Калорийность-24, Углеводы-6	1-24
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-35
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	48-30
Итого за Полдник		Калорийность-222, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-33	63-57
Итого за день		Калорийность-1 071, Белки-38, Жиры-57, Углеводы-101	162-59



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.

Меню "ОВЗ и инвалиды от 12 лет" 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	11-82
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	20-51
190/95	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	77-36
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
44	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	2-97
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-1 076, Белки-35, Жиры-61, Углеводы-95	119-76
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-68
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-35
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	49-45
Итого за Полдник		Калорийность-227, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-33	64-86
Итого за день		Калорийность-1 303, Белки-44, Жиры-67, Углеводы-128	184-62



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.