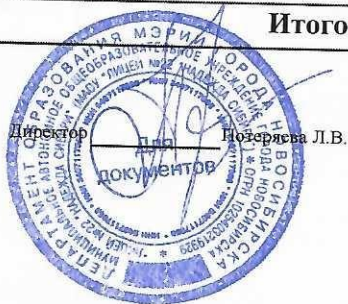


Меню "1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
15	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
55/55	Бефстроганов из отварной говядины п/ф н/шк*	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	58-74
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-81
37,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-55
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	16-20
100	Тефтели из говядины и свинины с рисом п/ф н/шк*	Калорийность-268, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-8	39-92
20	Соус сметанный натуральный н/шк	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1	5-87
150	Рис припущенный с томатом н/шк	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-36	7-78
200	Компот из клубники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
29	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-99
Итого за Обед (2 смена)			79-25
Итого за день			158-50

Калорийность-1 303, Белки-53, Жиры-54, Углеводы-146



Директор

Позарисса Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Меню "Многодетные 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>			
30	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	7-55
65/65	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-272, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-3	69-42
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
180	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-25, Углеводы-6	2-53
23,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-60
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)			94-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	6-10
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-19
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-85
100	Тефтели из говядины и свинины с рисом п/ф б/пл*	Калорийность-268, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-8	39-92
40	Соус сметанный натуральный б/пл	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-3	11-75
150	Рис припущенный с томатом б/пл	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-36	7-78
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
21,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-45
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)			94-25
Итого за день			188-50
Калорийность-1 446, Белки-58, Жиры-64, Углеводы-155			



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Котомчина Т.А.

Калькулятор Брованова Н.В.

Меню "Многодетные 5-11 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>			
30	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	7-55
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	64-08
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-65
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-81
31,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-14
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)			92-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
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	20-24
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-85
100	Тефтели из говядины и свинины с рисом п/ф б/пл*	Калорийность-268, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-8	39-92
20	Соус сметанный натуральный б/пл	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1	5-87
190	Рис припущенный с томатом б/пл	Калорийность-253, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-46	9-85
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-01
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



Директор

Потеряева 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	16-21
55/55	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	58-74
160	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38	12-13
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
40,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-75
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-826, Белки-36, Жиры-32, Углеводы-96	103-13
Полдник			
230	Банан овз	Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52	42-55
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-92
Итого за Полдник		Калорийность-341, Белки-4, Углеводы-82	59-47
Итого за день		Калорийность-1 167, Белки-40, Жиры-32, Углеводы-178	162-60

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	20-26
65/65	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-272, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-3	69-42
190	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-296, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-46	14-41
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
35,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-41
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-37
Итого за Комплекс		Калорийность-979, Белки-42, Жиры-41, Углеводы-110	125-13
Полдник			
230	Банан овз	Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52	42-55
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-92
Итого за Полдник		Калорийность-341, Белки-4, Углеводы-82	59-47
Итого за день		Калорийность-1 320, Белки-46, Жиры-41, Углеводы-192	184-60

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	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-9, Белки-1, Углеводы-1	6-29
50/50	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	53-40
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-81
46	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	3-12
Итого за Завтрак (1 смена)			77-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-05
150	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10	12-14
10	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-14, Жиры-1	2-42
100	Тефтели из говядины и свинины с рисом п/ф б/пл*	Калорийность-268, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-8	39-92
20	Соус сметанный натуральный б/пл	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1	5-87
150	Рис припущенный с томатом б/пл	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-36	7-78
180	Компот из клубники б/пл	Калорийность-26, Углеводы-7	3-99
27	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-83
Итого за Обед (2 смена)			77-00
Итого за день			154-00



Директор _____ Потряева 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>			
15	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
55/55	Бефстроганов из отварной говядины п/ф н/шк*	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	58-74
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-81
37,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-55
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-587, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-66	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	16-19
100	Тефтели из говядины и свинины с рисом п/ф н/шк*	Калорийность-268, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-8	39-92
20	Соус сметанный натуральный н/шк	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1	5-87
150	Рис припущенный с томатом н/шк	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-36	7-78
200	Компот из клубники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
29,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-00
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-718, Белки-25, Жиры-31, Углеводы-81	79-25
Итого за день		Калорийность-1305, Белки-53, Жиры-54, Углеводы-147	158-50



Директор Игоряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.

Меню "Многодетные 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>			
30	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	7-55
65/65	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-272, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-3	69-42
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
180	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-25, Углеводы-6	2-53
23,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-60
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)			94-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	6-10
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-19
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-85
100	Тефтели из говядины и свинины с рисом п/ф б/пл*	Калорийность-268, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-8	39-92
40	Соус сметанный натуральный б/пл	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-3	11-75
150	Рис припущенный с томатом б/пл	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-36	7-78
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
21,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-45
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)			94-25
Итого за день			188-50



Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.

Меню "Многодетные 5-11 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>			
30	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	7-55
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	64-08
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-65
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-81
31,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-14
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)			92-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
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	20-24
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-85
100	Тефтели из говядины и свинины с рисом п/ф б/пл*	Калорийность-268, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-8	39-92
20	Соус сметанный натуральный б/пл	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1	5-87
190	Рис припущенный с томатом б/пл	Калорийность-253, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-46	9-85
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-01
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-1 552, Белки-60, Жиры-65, Углеводы-183			



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)
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	16-20
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	64-08
150	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-43
31,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-14
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-811, Белки-35, Жиры-33, Углеводы-90	107-09
Полдник			
230	Банан овз	Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52	42-55
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-92
Итого за Полдник		Калорийность-341, Белки-4, Углеводы-82	59-47
Итого за день		Калорийность-1152, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-172	166-56

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	16-20
55/55	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	58-74
160	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38	12-13
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-43
41	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-77
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-826, Белки-36, Жиры-32, Углеводы-96	103-13
Полдник			
230	Банан овз	Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52	42-55
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-92
Итого за Полдник		Калорийность-341, Белки-4, Углеводы-82	59-47
Итого за день		Калорийность-1 167, Белки-40, Жиры-32, Углеводы-178	162-60

Директор

Плотряева 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	20-25
65/65	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-272, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-3	69-42
190	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-296, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-46	14-41
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-43
36	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-43
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-37
Итого за Комплекс		Калорийность-979, Белки-42, Жиры-41, Углеводы-110	125-13
Полдник			
230	Банан овз	Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52	42-55
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-92
Итого за Полдник		Калорийность-341, Белки-4, Углеводы-82	59-47
Итого за день		Калорийность-1 320, Белки-46, Жиры-41, Углеводы-192	184-60

Директор Иотеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.



Меню "СВО" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (1 смена)			
25	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-9, Белки-1, Углеводы-1	6-29
50/50	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	53-40
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-81
46	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	3-12
Итого за Завтрак (1 смена)			77-00
Итого за день			77-00

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

Брованова Н.В.