

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>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	<i>Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10</i>	22-20
200	Каша жидкая молочная рисовая н/шк	<i>Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29</i>	18-81
200	Какао с молоком сгущенным н/шк	<i>Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22</i>	17-89
150	Яблоко н/шк	<i>Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15</i>	18-00
35	Хлеб пшеничный н/шк	<i>Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17</i>	2-35
Итого за Завтрак (1 смена)			79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Огурец в нарезке н/шк	<i>Калорийность-3, Углеводы-1</i>	2-72
80	Котлета рыбная (кета) н/шк*	<i>Калорийность-131, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7</i>	48-17
150	Макаронны отварные с сыром н/шк	<i>Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29</i>	15-44
200	Компот из брусники н/шк	<i>Калорийность-33, Углеводы-8</i>	10-21
40	Хлеб пшеничный н/шк	<i>Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20</i>	2-71
Итого за Обед (2 смена)			79-25
Итого за день			158-50

Калорийность-1 061, Белки-45, Жиры-31, Углеводы-148



Мотырева 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>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-20
200	Каша жидкая молочная рисовая б/пл	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	18-81
15	Масло сливочное (порциями) б/пл	Калорийность-112, Жиры-12	14-59
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
41	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-76
Итого за Завтрак (1 смена)			94-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-2	2-03
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-51
80	Котлета рыбная (кета) б/пл*	Калорийность-131, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7	48-18
150	Макароны отварные с сыром б/пл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-45
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-21
31	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-10
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-1 331, Белки-52, Жиры-48, Углеводы-167			



Директор 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)
-----------	--------------------	-----------------------------------------------------------------------------	-------------------------

Завтрак (1 смена)

35	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-20
230	Каша жидкая молочная рисовая б/пл	Калорийность-212, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33	21-63
10	Масло сливочное (порциями) б/пл	Калорийность-75, Жиры-8	9-72
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
38	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-56

Итого за Завтрак (1 смена) Калорийность-701, Белки-21, Жиры-28, Углеводы-89 **92-00**

Обед (2 смена)

15	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-2	2-03
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-51
80	Котлета рыбная (кета) б/пл*	Калорийность-131, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7	48-18
150	Макаронны отварные с сыром б/пл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-45
180	Компот из брусники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	9-19
39	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-64

Итого за Обед (2 смена) Калорийность-587, Белки-32, Жиры-17, Углеводы-76 **92-00**

Итого за день Калорийность-1 288, Белки-53, Жиры-45, Углеводы-165 **184-00**



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 морковная овз п/ф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	7-23
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-51
80	Котлета рыбная (кета) овз*	Калорийность-131, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7	48-17
200	Макаронь отварные с сыром овз	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	20-60
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	10-23
45	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	3-03
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-799, Белки-38, Жиры-23, Углеводы-107	106-43
Полдник			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-20
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-90
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
Итого за Полдник		Калорийность-395, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-52	60-13
Итого за день		Калорийность-1194, Белки-52, Жиры-37, Углеводы-159	166-56



Фотосеряева 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 морковная овз п/ф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	12-05
250	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	18-14
80	Котлета рыбная (кета) овз*	Калорийность-131, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7	48-17
210	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-291, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-40	21-62
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	10-23
38	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-60
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-873, Белки-40, Жиры-28, Углеводы-114	115-47
Полдник			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-20
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-90
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
225	Яблоко овз	Калорийность-100, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-22	27-00
Итого за Полдник		Калорийность-428, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-59	69-13
Итого за день		Калорийность-1 301, Белки-54, Жиры-42, Углеводы-173	184-60



Борованова Л.В.

Шеф-повар

[Signature]

Котомчина Т.А.

Калькулятор

[Signature]

Борованова 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>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-20
230	Каша жидкая молочная рисовая б/пл	Калорийность-212, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33	21-63
10	Масло сливочное (порциями) б/пл	Калорийность-75, Жиры-8	9-72
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
38	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-56
Итого за Завтрак (1 смена)			92-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-2	2-03
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-51
80	Котлета рыбная (кета) б/пл*	Калорийность-131, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7	48-18
150	Макаронны отварные с сыром б/пл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-45
180	Компот из брусники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	9-19
39	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-64
Итого за Обед (2 смена)			92-00
Итого за день			184-00

Калорийность-1 288, Белки-53, Жиры-45, Углеводы-165

184-00

Сотрясова 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>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке н/шк	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-20
200	Каша жидкая молочная рисовая н/шк	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	18-81
200	Какао с молоком сгущенным н/шк	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
150	Яблоко н/шк	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
35	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-35
Итого за Завтрак (1 смена)			79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	2-72
80	Котлета рыбная (кета) н/шк*	Калорийность-131, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7	48-17
150	Макаронны отварные с сыром н/шк	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-44
200	Компот из брусники н/шк	Калорийность-33, Углеводы-8	10-21
40	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-71
Итого за Обед (2 смена)			79-25
Итого за день			158-50



Догарева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

Брованова Н.В.

Меню "Многодетные 1-4 классы" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-20
200	Каша жидкая молочная рисовая б/пл	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	18-81
15	Масло сливочное (порциями) б/пл	Калорийность-112, Жиры-12	14-58
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
41	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-77
Итого за Завтрак (1 смена)			94-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-2	2-03
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-51
80	Котлета рыбная (кета) б/пл*	Калорийность-131, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7	48-17
150	Макароны отварные с сыром б/пл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-44
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-21
31	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-12
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



Ветеринар Л.В.

Шеф-повар

Handwritten signature

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Handwritten signature

Брованова Н.В.

11.04.2024 (четверг)

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-20
230	Каша жидкая молочная рисовая б/пл	Калорийность-212, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33	21-63
10	Масло сливочное (порциями) б/пл	Калорийность-75, Жиры-8	9-72
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
38	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-56
Итого за Завтрак (1 смена)			92-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-2	2-03
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-51
80	Котлета рыбная (кета) б/пл*	Калорийность-131, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7	48-17
150	Макаронны отварные с сыром б/пл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-45
180	Компот из брусники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	9-19
39	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-65
Итого за Обед (2 смена)			92-00
Итого за день			184-00



Итого за день Калорийность-1 288, Белки-53, Жиры-45, Углеводы-165

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

11.04.2024 (четверг)

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	7-23
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-44
80	Котлета рыбная (кета) овз*	Калорийность-131, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7	48-17
200	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	20-59
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	10-21
46	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	3-14
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-802, Белки-38, Жиры-23, Углеводы-108	106-44
Полдник			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-20
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
Итого за Полдник		Калорийность-395, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-52	60-12
Итого за день		Калорийность-1197, Белки-52, Жиры-37, Углеводы-160	166-56



Директор Иванова 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 морковная овз п/ф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	7-23
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-44
80	Котлета рыбная (кета) овз*	Калорийность-131, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7	48-17
200	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	20-59
180	Компот из брусники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	9-19
42	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	2-86
Итого за Комплекс		Калорийность-729, Белки-36, Жиры-23, Углеводы-93	102-48
Полдник			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-20
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
Итого за Полдник		Калорийность-395, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-52	60-12
Итого за день		Калорийность-1124, Белки-50, Жиры-37, Углеводы-145	162-60

Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



11.04.2024 (четверг)

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 морковная овз п/ф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	12-05
250	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	18-05
80	Котлета рыбная (кета) овз*	Калорийность-131, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-7	48-17
210	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-291, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-40	21-62
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	10-21
40	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	2-72
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-878, Белки-40, Жиры-28, Углеводы-115	115-48
Полдник			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-20
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
225	Яблоко овз	Калорийность-100, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-22	27-00
Итого за Полдник		Калорийность-428, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-59	69-12
Итого за день		Калорийность-1306, Белки-54, Жиры-42, Углеводы-174	184-60



Полтораева Л.В.

Шеф-повар ШШ Шаланова Е.Е.

Калькулятор НВ Брованова Н.В.

Меню "СВО и мобилизованные" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (1 смена)			
35	Сыр твердых сортов в нарезке б/пл	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-20
230	Каша жидкая молочная рисовая б/пл	Калорийность-212, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33	21-63
10	Масло сливочное (порциями) б/пл	Калорийность-75, Жиры-8	9-72
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
38	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-56
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-701, Белки-21, Жиры-28, Углеводы-89	92-00
Итого за день		Калорийность-701, Белки-21, Жиры-28, Углеводы-89	92-00



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

[Handwritten signature]

Брованова Н.В.