

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>			
25	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	3-41
150	Омлет натуральный н/шк	Калорийность-226, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-3	37-88
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
30,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-07
Итого за Завтрак (1 смена)			79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-7, Белки-1, Углеводы-1	5-03
50/50	Гуляш из говядины п/ф н/шк*	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	53-40
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-16
180	Компот из брусники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	9-40
33	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-26
Итого за Обед (2 смена)			79-25
Итого за день			158-50
		Калорийность-1 035, Белки-43, Жиры-44, Углеводы-116	

Директор _____ Петеряева 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>			
25	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-39
200	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	50-45
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
40,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-75
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-640, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-70	94-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-52
50/50	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	52-37
150	Макароны отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-16
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-73
28,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-93
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-693, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-81	94-25
Итого за день		Калорийность-1 333, Белки-55, Жиры-55, Углеводы-151	188-50

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>			
25	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-39
200	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	50-45
180	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
34	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-29
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	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
250	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	18-15
45/45	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	47-14
180	Макаронны отварные б/пл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	11-00
180	Компот из брусники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	9-66
33,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-28
Итого за Обед (2 смена)			92-00
Итого за день			184-00



Шеф-повар [Signature] Котомчина Т.А. Калькулятор [Signature] 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
50/50	Гуляш из говядины п/ф овз*	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	53-27
150	Макароны отварные овз	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-16
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	10-21
26	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-74
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-748, Белки-31, Жиры-31, Углеводы-85	97-89
Полдник			
225	Апельсин овз	Калорийность-85, Белки-2, Углеводы-18	51-75
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-92
Итого за Полдник		Калорийность-206, Белки-3, Углеводы-48	68-67
Итого за день		Калорийность-954, Белки-34, Жиры-31, Углеводы-133	166-56

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 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
55/55	Гуляш из говядины п/ф овз*	Калорийность-245, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-3	58-59
200	Макароны отварные овз	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-22
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	10-21
43,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	2-95
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-953, Белки-38, Жиры-38, Углеводы-113	115-93
Полдник			
225	Апельсин овз	Калорийность-85, Белки-2, Углеводы-18	51-75
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-92
Итого за Полдник		Калорийность-206, Белки-3, Углеводы-48	68-67
Итого за день		Калорийность-1159, Белки-41, Жиры-38, Углеводы-161	184-60

Директор Потряева 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)
Завтрак (1 смена)			
25	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-39
200	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	50-45
180	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
34	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-29
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-611, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-65	92-00
Обед (2 смена)			
15	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
250	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	18-15
45/45	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	47-14
180	Макароны отварные б/пл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	11-00
180	Компот из брусники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	9-66
33,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-28
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-708, Белки-31, Жиры-27, Углеводы-85	92-00
Итого за день		Калорийность-1 319, Белки-56, Жиры-55, Углеводы-150	184-00



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>			
25	Огурец в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	3-41
150	Омлет натуральный н/шк	Калорийность-226, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-3	37-88
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
30,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-07
Итого за Завтрак (1 смена)			79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-7, Белки-1, Углеводы-1	5-03
50/50	Гуляш из говядины п/ф н/шк*	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	52-52
150	Макароны отварные н/шк	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-16
200	Компот из брусники н/шк	Калорийность-33, Углеводы-8	10-80
26	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-74
Итого за Обед (2 смена)			79-25
Итого за день			158-50
		Калорийность-1 023, Белки-42, Жиры-44, Углеводы-114	

Директор Потеряева 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>			
25	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-39
200	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	50-45
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
40,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	2-75
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>			
10	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-51
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-57
50/50	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	52-85
150	Макаронны отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-16
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-77
38,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-62
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-1 354, Белки-56, Жиры-55, Углеводы-156

Директор Потеряева Л.В.

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>			
25	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-39
200	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	50-45
180	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
34	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-29
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>			
10	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-51
250	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	18-22
45/45	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	47-56
170	Макаронны отварные б/пл	Калорийность-223, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-37	10-39
180	Компот из брусники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	9-70
27	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-85
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-1 327, Белки-56, Жиры-55, Углеводы-152	

Директор

Потеряева Л.В.

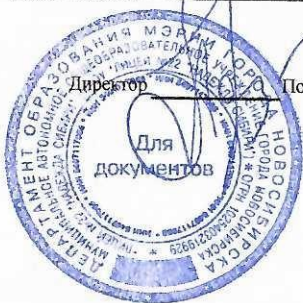
Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Для документов



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	<i>Икра морковная овз п/ф</i>	<i>Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6</i>	7-50
200	<i>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз</i>	<i>Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14</i>	14-60
50/50	<i>Гуляш из говядины п/ф овз*</i>	<i>Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3</i>	52-87
150	<i>Макароны отварные овз</i>	<i>Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33</i>	9-16
180	<i>Компот из брусники овз</i>	<i>Калорийность-29, Углеводы-7</i>	9-63
35	<i>Хлеб пшеничный овз</i>	<i>Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17</i>	2-36
20	<i>Хлеб бородинский овз</i>	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	1-77
Итого за Комплекс		<i>Калорийность-765, Белки-32, Жиры-31, Углеводы-88</i>	97-89
Полдник			
225	<i>Апельсин овз</i>	<i>Калорийность-85, Белки-2, Углеводы-18</i>	51-75
180	<i>Сок персиковый овз</i>	<i>Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30</i>	16-92
Итого за Полдник		<i>Калорийность-206, Белки-3, Углеводы-48</i>	68-67
Итого за день		<i>Калорийность-971, Белки-35, Жиры-31, Углеводы-136</i>	166-56



Директор Питеряева 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	7-50
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-60
45/45	Гуляш из говядины п/ф овз*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	47-58
150	Макароны отварные овз	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-16
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	10-70
38,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	2-62
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-755, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-91	93-93
Полдник			
225	Апельсин овз	Калорийность-85, Белки-2, Углеводы-18	51-75
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-92
Итого за Полдник		Калорийность-206, Белки-3, Углеводы-48	68-67
Итого за день		Калорийность-961, Белки-34, Жиры-29, Углеводы-139	162-60

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 морковная овз п/ф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	12-51
250	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	18-25
55/55	Гуляш из говядины п/ф овз*	Калорийность-245, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-3	58-16
200	Макароны отварные овз	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	12-22
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	10-70
34	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-32
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-930, Белки-38, Жиры-38, Углеводы-108	115-93
Полдник			
225	Апельсин овз	Калорийность-85, Белки-2, Углеводы-18	51-75
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-92
Итого за Полдник		Калорийность-206, Белки-3, Углеводы-48	68-67
Итого за день		Калорийность-1136, Белки-41, Жиры-38, Углеводы-156	184-60



Директор Л.В. Погоряева

Шеф-повар Е.Е. Шаланова

Калькулятор Н.В. Бранова

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)			
25	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-39
200	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	50-45
180	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
34	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-29
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-611, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-65	92-00
Итого за день		Калорийность-611, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-65	92-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

