

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 свиной н/ф н/шк	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	69-68
180	Чай со смородиной и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-6	4-72
31,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-14
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 н/ф н/шк	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-59
90	Биточки (особые) н/ф н/шк	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	40-55
25	Соус сметанный н/шк	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-60
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	9-42
200	Компот из клубники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
23,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-60
Итого за Обед (2 смена)			79-25
Итого за день			158-50
		Калорийность-1403, Белки-42, Жиры-66, Углеводы-139	

Директор

Потеряева 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>			
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	82-78
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	1-40
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	21-13
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-73
90	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	40-33
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-59
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
28	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-89
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



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)			
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	82-78
180	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-6	4-70
27	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-81
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	21-13
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-73
90	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	40-33
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-59
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
25	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-70
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

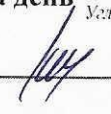
Калорийность-1 627, Белки-48, Жиры-80, Углеводы-159



 Директор Потеряева 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	7-66
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-85
160/80	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	66-12
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
28	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-89
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Комплекс			100-51
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-72
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-35
220	Апельсин овз	Калорийность-83, Белки-2, Углеводы-18	50-60
Итого за Полдник			66-05
Итого за день			166-56

Директор  Потерьева Л.В.

Шеф-повар  Котомчина Т.А.

Калькулятор  Брованова Н.В.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Меню "ОВЗ и инвалиды от 12 лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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	12-77
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	21-06
180/90	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	74-38
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-44
34,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-35
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Комплекс		Калорийность-1 042, Белки-35, Жиры-60, Углеводы-93	118-55
<u>Полдник</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-72
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-35
220	Апельсин овз	Калорийность-83, Белки-2, Углеводы-18	50-60
Итого за Полдник		Калорийность-229, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-34	66-05
Итого за день		Калорийность-1 271, Белки-44, Жиры-66, Углеводы-127	184-60



Директор Потряева Л.В.


Шеф-повар [Signature] Котомчина Т.А.


Калькулятор [Signature] 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>			
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	82-78
180	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-6	4-70
27	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-81
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-755, Белки-25, Жиры-51, Углеводы-48	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	21-13
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-73
90	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	40-33
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-59
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
25	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-70
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-872, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-111	92-00
Итого за день		Калорийность-1 627, Белки-48, Жиры-80, Углеводы-159	184-00

Директор  Потеряева 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>			
12,5	Перец болгарский в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	2-35
170/85	Жаркое со свиной п/ф н/шк	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	70-59
180	Чай со смородиной и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-6	4-75
23	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-56
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	17-03
90	Биточки (особые) п/ф н/шк	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	40-29
25	Соус сметанный н/шк	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-61
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	9-50
180	Компот из клубники н/шк	Калорийность-26, Углеводы-7	4-26
22	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-51
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 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 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	82-51
200	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-31, Углеводы-7	5-26
29,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-00
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
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	21-03
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-74
90	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	40-38
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-60
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	4-71
37,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-54
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-1 672, Белки-49, Жиры-79, Углеводы-171			

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), витаминны (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	82-51
180	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-6	4-74
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-04
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	21-03
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-74
90	Биточки (особые) п/ф б/пл	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	40-38
25	Соус сметанный б/пл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	3-60
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	4-71
21,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-46
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-1 627, Белки-48, Жиры-80, Углеводы-160	

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	7-69
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-82
160/80	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	66-13
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-43
28	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-90
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Комплекс		Калорийность-884, Белки-30, Жиры-50, Углеводы-79	100-52
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-71
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-35
220	Апельсин овз	Калорийность-83, Белки-2, Углеводы-18	50-60
Итого за Полдник		Калорийность-229, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-34	66-04
Итого за день		Калорийность-1113, Белки-39, Жиры-56, Углеводы-113	166-56

 Директор 

 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	7-69
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	16-82
160/80	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	66-13
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-43
24	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-63
Итого за Комплекс		Калорийность-795, Белки-27, Жиры-49, Углеводы-61	96-70
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-71
180	Чай с сахаром овз	Калорийность-24, Углеводы-6	1-24
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-35
220	Апельсин овз	Калорийность-83, Белки-2, Углеводы-18	50-60
Итого за Полдник		Калорийность-226, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-34	65-90
Итого за день		Калорийность-1 021, Белки-36, Жиры-55, Углеводы-95	162-60



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)
<u>Комплекс</u>			
100	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	12-83
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	21-00
180/90	Жаркое со свиной п/ф овз	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	74-39
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-43
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-36
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Комплекс		Калорийность-1 042, Белки-35, Жиры-60, Углеводы-93	118-56
<u>Полдник</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-71
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-35
220	Апельсин овз	Калорийность-83, Белки-2, Углеводы-18	50-60
Итого за Полдник		Калорийность-229, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-34	66-04
Итого за день		Калорийность-1 271, Белки-44, Жиры-66, Углеводы-127	184-60

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

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)			
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	82-51
180	Чай со смородиной и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-6	4-74
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-04
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-762, Белки-25, Жиры-51, Углеводы-50	92-00
Итого за день		Калорийность-762, Белки-25, Жиры-51, Углеводы-50	92-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

