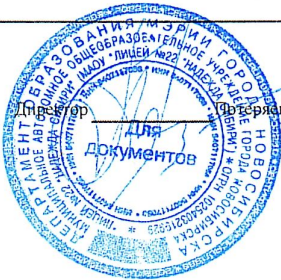


1-4 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
20	Перец болгарский в нарезке нач	Калорийность-5, Углеводы-1	3-61
160/80	Жаркое со свиной нач пф	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	65-86
200	Чай со смородиной и сахаром нач	Калорийность-31, Углеводы-7	6-24
43	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	3-54
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-665, Белки-22, Жиры-41, Углеводы-51	79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Помидор в нарезке нач	Калорийность-3, Углеводы-1	2-45
200	Рассольник ленинградский со сметаной нач пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-85
90	Биточки (особые) нач пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	43-32
20	Соус сметанный нач	Калорийность-19, Жиры-2, Углеводы-1	3-25
150	Каша перловая рассыпчатая нач	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-78
200	Компот из клубники нач	Калорийность-29, Углеводы-7	5-28
28	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	2-32
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-737, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-94	79-25
Итого за день		Калорийность-1402, Белки-39, Жиры-65, Углеводы-145	158-50



Петряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

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 бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-51
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	82-17
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	5-62
24	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-95
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-788, Белки-26, Жиры-51, Углеводы-55	94-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
40	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-9, Углеводы-2	6-41
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	15-53
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	43-30
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	8-25
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-78
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-28
33	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-70
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-847, Белки-20, Жиры-27, Углеводы-110	94-25
Итого за день		Калорийность-1 635, Белки-46, Жиры-78, Углеводы-165	188-50



Директор _____ Подсереяева Л.В.

Шеф-повар _____

Котомчина Т.А.

Калькулятор _____

Брованова Н.В.

Многодетные 5-11 классы, 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>			
20	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-5, Углеводы-1	3-35
190/95	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	78-06
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	6-24
28,5	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-35
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-771, Белки-25, Жиры-48, Углеводы-56	92-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-3, Углеводы-1	2-40
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	15-53
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	43-30
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	8-25
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	12-94
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-28
28	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	2-30
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-868, Белки-20, Жиры-28, Углеводы-113	92-00
Итого за день		Калорийность-1 639, Белки-45, Жиры-76, Углеводы-169	184-00



Бобрица Л.В.

Шеф-повар _____

Котомчина Т.А.

Калькулятор _____

Брованова Н.В.

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)
<u>Комплекс</u>			
60	Икра свекольная овз пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-50
200	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-77
200/100	Жаркое со свининой овз пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	82-26
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-27
35,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-90
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-991, Белки-30, Жиры-60, Углеводы-81	111-70
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-46
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	31-84
Итого за Полдник		Калорийность-285, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	54-86
Итого за день		Калорийность-1 276, Белки-41, Жиры-69, Углеводы-119	166-56
Директор _____	Шеф-повар _____	Котомчина Т.А.	Калькулятор _____ Брованова Н.В.



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 пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	12-50
250	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	14-71
220/110	Жаркое со свининой овз пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	90-48
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-27
34	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-78
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-00
Итого за Комплекс		Калорийность-1 166, Белки-36, Жиры-70, Углеводы-99	129-74
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-18
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-46
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	31-84
Итого за Полдник		Калорийность-285, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	54-86
Итого за день		Калорийность-1 451, Белки-47, Жиры-79, Углеводы-137	184-60



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

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>			
20	Перец болгарский в нарезке нач	Калорийность-5, Углеводы-1	3-61
160/80	Жаркое со свиной нач пф	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	65-86
200	Чай со смородиной и сахаром нач	Калорийность-31, Углеводы-7	6-24
43	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	3-54
Итого за Завтрак (1 смена)			79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Помидор в нарезке нач	Калорийность-3, Углеводы-1	2-53
200	Рассольник ленинградский со сметаной нач пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-89
90	Биточки (особые) нач пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	43-33
20	Соус сметанный нач	Калорийность-19, Жиры-2, Углеводы-1	3-29
150	Каша перловая рассыпчатая нач	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-78
200	Компот из клубники нач	Калорийность-29, Углеводы-7	5-28
26	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-15
Итого за Обед (2 смена)			79-25
Итого за день			158-50

Директор _____ Катерина Л.В.

Шеф-повар Е.Е. Шаланова Е.Е.

Калькулятор Н.В. Брованова Н.В.



Многолетние 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 бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-75
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	81-85
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	5-62
25	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-03
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-791, Белки-26, Жиры-51, Углеводы-55	94-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
40	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-9, Углеводы-2	6-73
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	15-48
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	43-34
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	8-20
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-78
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-28
30	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-44
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-840, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-109	94-25
Итого за день		Калорийность-1 631, Белки-45, Жиры-78, Углеводы-164	188-50

Директор _____
 Подпись Л.В.



Шеф-повар _____
 Подпись Шаланова Е.Е.

Калькулятор _____
 Подпись Брованова Н.В.

Многодетные 5-11 классы, СВО 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	<i>Перец болгарский в нарезке бпл</i>	<i>Калорийность-4, Углеводы-1</i>	2-75
190/95	<i>Жаркое со свиной бпл пф</i>	<i>Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26</i>	77-76
200	<i>Чай со смородиной и сахаром бпл</i>	<i>Калорийность-31, Углеводы-7</i>	6-24
39,5	<i>Хлеб пшеничный бпл</i>	<i>Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20</i>	3-25
20	<i>Хлеб бородинский бпл</i>	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-00
Итого за Завтрак (1 смена)		<i>Калорийность-796, Белки-26, Жиры-48, Углеводы-62</i>	92-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	<i>Помидор в нарезке бпл</i>	<i>Калорийность-3, Углеводы-1</i>	2-52
250	<i>Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф</i>	<i>Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17</i>	15-48
90	<i>Биточки (особые) бпл пф</i>	<i>Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27</i>	43-34
50	<i>Соус сметанный бпл</i>	<i>Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2</i>	8-20
180	<i>Каша перловая рассыпчатая бпл</i>	<i>Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37</i>	12-93
200	<i>Компот из клубники бпл</i>	<i>Калорийность-29, Углеводы-7</i>	5-28
27,5	<i>Хлеб пшеничный бпл</i>	<i>Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14</i>	2-25
20	<i>Хлеб бородинский бпл</i>	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-00
Итого за Обед (2 смена)		<i>Калорийность-868, Белки-20, Жиры-28, Углеводы-113</i>	92-00
Итого за день		<i>Калорийность-1 664, Белки-46, Жиры-76, Углеводы-175</i>	184-00



Циркова Л.В. Штернева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

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)
<u>Комплекс</u>			
60	Икра свекольная овз пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-50
200	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-89
210/105	Жаркое со свиной овз пф	Калорийность-693, Белки-24, Жиры-53, Углеводы-29	86-46
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-28
23	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-86
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-07
Итого за Комплекс		Калорийность-994, Белки-30, Жиры-62, Углеводы-75	115-06
<u>Полдник</u>			
25	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-98
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
25	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-03
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	32-11
Итого за Полдник		Калорийность-257, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-35	51-50
Итого за день		Калорийность-1 251, Белки-40, Жиры-69, Углеводы-110	166-56



Директор _____ Потряева Л.В.

Шеф-повар Е.Е. Шаланова Шаланова Е.Е.

Калькулятор Н.В. Брованова Брованова Н.В.

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)
<u>Комплекс</u>			
60	<i>Икра свекольная овз пф</i>	<i>Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7</i>	7-50
200	<i>Рассольник ленинградский со сметаной овз пф</i>	<i>Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13</i>	11-89
200/100	<i>Жаркое со свиной овз пф</i>	<i>Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28</i>	82-34
200	<i>Компот из клубники овз</i>	<i>Калорийность-29, Углеводы-7</i>	5-28
25	<i>Хлеб пшеничный овз</i>	<i>Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12</i>	2-02
20	<i>Хлеб бородинский овз</i>	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-07
Итого за Комплекс		<i>Калорийность-966, Белки-29, Жиры-60, Углеводы-75</i>	111-10
<u>Полдник</u>			
25	<i>Сыр твердых сортов в нарезке овз</i>	<i>Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7</i>	15-98
200	<i>Чай с сахаром овз</i>	<i>Калорийность-27, Углеводы-6</i>	1-38
25	<i>Хлеб пшеничный овз</i>	<i>Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12</i>	2-03
215	<i>Апельсин овз</i>	<i>Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17</i>	32-11
Итого за Полдник		<i>Калорийность-257, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-35</i>	51-50
Итого за день		<i>Калорийность-1 223, Белки-39, Жиры-67, Углеводы-110</i>	162-60



Директор _____ Шершнёва Л.В.

Шеф-повар СШ Шаланова Е.Е.

Калькулятор [Signature] Брованова Н.В.

ОВЗ и инвалиды от 12 лет Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс</u>			
100	Икра свекольная овз пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	12-50
250	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	14-86
230/115	Жаркое со свининой овз пф	Калорийность-759, Белки-27, Жиры-58, Углеводы-32	94-69
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-28
45,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	3-70
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-07
Итого за Комплекс		Калорийность-1 188, Белки-35, Жиры-71, Углеводы-98	133-10
<u>Полдник</u>			
25	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	15-98
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
25	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-03
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	32-11
Итого за Полдник		Калорийность-257, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-35	51-50
Итого за день		Калорийность-1 445, Белки-45, Жиры-78, Углеводы-133	184-60



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.