

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>			
10	Перец болгарский в нарезке нач	Калорийность-3	1-80
170/85	Жаркое со свиной нач пф	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	68-59
200	Чай со смородиной и сахаром нач	Калорийность-31, Углеводы-7	6-51
28,5	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-35
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-663, Белки-22, Жиры-43, Углеводы-45	79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Помидор в нарезке нач	Калорийность-3, Углеводы-1	2-54
200	Рассольник ленинградский со сметаной нач пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-70
85	Биточки (особые) нач пф	Калорийность-308, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-25	40-95
20	Соус сметанный нач	Калорийность-19, Жиры-2, Углеводы-1	3-42
150	Каша перловая рассыпчатая нач	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	12-61
200	Компот из клубники нач	Калорийность-29, Углеводы-7	5-30
33	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-73
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-730, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-94	79-25
Итого за день		Калорийность-1 393, Белки-40, Жиры-66, Углеводы-139	158-50

Директор _____ Потеряева 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	2-71
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	81-64
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	5-84
24	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-98
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
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	6-77
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	15-31
85	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-308, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-25	40-94
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	8-57
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	12-63
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-30
32	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-65
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-827, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-108	94-25
Итого за день		Калорийность-1 615, Белки-45, Жиры-77, Углеводы-163	188-50



Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар _____ Котомчина Т.А.

Калькулятор _____ Брованова Н.В.

Для документов

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>			
10	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-3	1-80
190/95	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	77-56
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	6-49
49	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-115, Белки-4, Углеводы-24	4-07
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-816, Белки-27, Жиры-48, Углеводы-65	92-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-3, Углеводы-1	2-54
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	15-31
85	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-308, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-25	40-94
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	8-57
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	15-15
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-30
26	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-11
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-845, Белки-20, Жиры-27, Углеводы-110	92-00
Итого за день		Калорийность-1 661, Белки-47, Жиры-75, Углеводы-175	184-00

Директор:  Потеряева 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	7-49
200	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-81
200/100	Жаркое со свиной овз пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	82-07
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-30
37	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	3-03
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-994, 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	1-39
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-48
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	31-81
Итого за Полдник		Калорийность-285, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	54-86
Итого за день		Калорийность-1 279, Белки-41, Жиры-69, Углеводы-119	166-56



Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар _____

Котомчина Т.А.

Калькулятор _____

Бронова 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)
<u>Комплекс</u>			
100	Икра свекольная овз пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	12-48
250	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	14-77
220/110	Жаркое со свиной овз пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	90-28
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-30
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-91
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-00
Итого за Комплекс		Калорийность-1 168, Белки-36, Жиры-70, Углеводы-99	129-74
<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	1-39
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-48
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	31-81
Итого за Полдник		Калорийность-285, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	54-86
Итого за день		Калорийность-1 453, Белки-47, Жиры-79, Углеводы-137	184-60



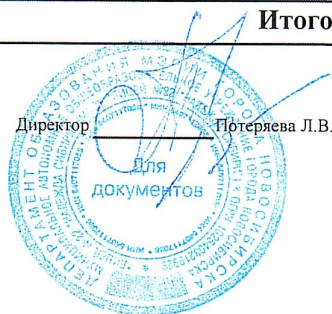
Директор _____ Потеряева Л.В.

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>			
10	Перец болгарский в нарезке нач	Калорийность-3	1-80
170/85	Жаркое со свиной нач пф	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	68-08
200	Чай со смородиной и сахаром нач	Калорийность-31, Углеводы-7	6-55
34	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-82
Итого за Завтрак (1 смена)			79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Помидор в нарезке нач	Калорийность-3, Углеводы-1	2-54
200	Рассольник ленинградский со сметаной нач пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-70
85	Биточки (особые) нач пф	Калорийность-308, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-25	40-95
20	Соус сметанный нач	Калорийность-19, Жиры-2, Углеводы-1	3-43
150	Каша перловая рассыпчатая нач	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	12-66
200	Компот из клубники нач	Калорийность-29, Углеводы-7	5-30
32	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-67
Итого за Обед (2 смена)			79-25
Итого за день			158-50
Калорийность-1 403, Белки-40, Жиры-66, Углеводы-142			



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Колу Шаланова Е.Е.

Калькулятор БВ Брованова Н.В.

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 бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-71
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	81-63
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	5-87
24	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-96
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)			94-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
40	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-9, Углеводы-2	6-77
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	15-26
85	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-308, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-25	40-96
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	8-56
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	12-62
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-30
33	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-70
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)			94-25
Итого за день			188-50

Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор 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>			
10	<i>Перец болгарский в нарезке бпл</i>	Калорийность-3	1-80
190/95	<i>Жаркое со свиной бпл пф</i>	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	77-55
200	<i>Чай со смородиной и сахаром бпл</i>	Калорийность-31, Углеводы-7	6-52
49	<i>Хлеб пшеничный бпл</i>	Калорийность-115, Белки-4, Углеводы-24	4-05
20	<i>Хлеб бородинский бпл</i>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)			92-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	<i>Помидор в нарезке бпл</i>	Калорийность-3, Углеводы-1	2-54
250	<i>Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф</i>	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	15-26
85	<i>Биточки (особые) бпл пф</i>	Калорийность-308, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-25	40-96
50	<i>Соус сметанный бпл</i>	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	8-56
180	<i>Каша перловая рассыпчатая бпл</i>	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	15-15
200	<i>Компот из клубники бпл</i>	Калорийность-29, Углеводы-7	5-30
26	<i>Хлеб пшеничный бпл</i>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-15
20	<i>Хлеб бородинский бпл</i>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)			92-00
Итого за день			184-00
Калорийность-1 661, Белки-47, Жиры-75, Углеводы-175			



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

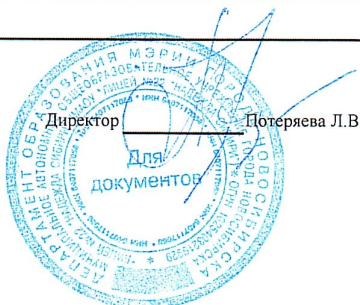
Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Бронова 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)
Комплекс			
60	Икра свекольная овз пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-49
200	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-69
200/100	Жаркое со свиной овз пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	81-62
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-29
44	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	3-61
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-1 010, Белки-30, Жиры-60, Углеводы-85	111-70
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	2-48
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	31-82
Итого за Полдник		Калорийность-285, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	54-86
Итого за день		Калорийность-1 295, Белки-41, Жиры-69, Углеводы-123	166-56



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.

