

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>			
20	Кукуруза сахарная нач	Калорийность-10, Углеводы-2	4-90
50	Котлета рыбная (кета) нач	Калорийность-82, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-4	40-98
190	Макароны отварные с сыром нач	Калорийность-263, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-36	23-21
200	Напиток из шиповника нач	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	7-01
38	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	3-15
Итого за Завтрак (1 смена)			79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Перец болгарский в нарезке нач	Калорийность-5, Углеводы-1	3-61
200	Суп гороховый нач пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	9-61
120	Голень цыплят бройлеров запечённая нач	Калорийность-316, Белки-25, Жиры-24	43-34
150	Каша перловая рассыпчатая нач	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	12-80
200	Компот из кураги нач	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-44
30	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-45
Итого за Обед (2 смена)			79-25
Итого за день			158-50

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар _____ Котомчина Т.А.

Калькулятор _____ Брованова Н.В.



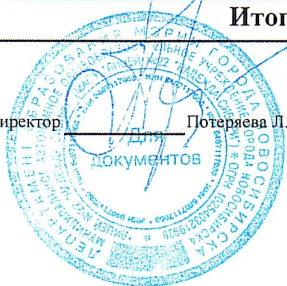
Многодетные 1-4 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	<i>Кукуруза сахарная бпл</i>	<i>Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3</i>	<i>10-25</i>
65	<i>Котлета рыбная (кета) бпл</i>	<i>Калорийность-106, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-6</i>	<i>43-60</i>
220	<i>Макароны отварные с сыром бпл</i>	<i>Калорийность-305, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-42</i>	<i>26-88</i>
200	<i>Напиток из шиповника бпл</i>	<i>Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15</i>	<i>7-01</i>
54	<i>Хлеб пшеничный бпл</i>	<i>Калорийность-127, Белки-4, Углеводы-27</i>	<i>4-43</i>
20	<i>Хлеб бородинский бпл</i>	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	<i>2-08</i>
Итого за Завтрак (1 смена)		<i>Калорийность-659, Белки-30, Жиры-14, Углеводы-101</i>	94-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	<i>Перец болгарский в нарезке бпл</i>	<i>Калорийность-8, Углеводы-1</i>	<i>5-42</i>
200	<i>Суп гороховый бпл пф</i>	<i>Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16</i>	<i>6-70</i>
160	<i>Голень цыплят бройлеров запечённая бпл</i>	<i>Калорийность-421, Белки-33, Жиры-32</i>	<i>57-62</i>
150	<i>Каша перловая рассыпчатая бпл</i>	<i>Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31</i>	<i>12-66</i>
200	<i>Компот из кураги бпл</i>	<i>Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16</i>	<i>7-55</i>
27	<i>Хлеб пшеничный бпл</i>	<i>Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13</i>	<i>2-22</i>
20	<i>Хлеб бородинский бпл</i>	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	<i>2-08</i>
Итого за Обед (2 смена)		<i>Калорийность-902, Белки-45, Жиры-41, Углеводы-85</i>	94-25
Итого за день		<i>Калорийность-1 561, Белки-75, Жиры-55, Углеводы-186</i>	188-50

Директор _____ Потеряева 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>			
30	Кукуруза сахарная бпл	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3	10-25
65	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-106, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-6	43-60
220	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-305, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-42	26-88
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	7-01
26,5	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	2-18
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-595, Белки-28, Жиры-14, Углеводы-87	92-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
40	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-10, Белки-1, Углеводы-2	7-23
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	8-37
120	Голень цыплят бройлеров запечённая бпл	Калорийность-316, Белки-25, Жиры-24	43-21
220	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-274, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-45	18-58
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-55
35	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-89
40	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-17
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-974, Белки-44, Жиры-38, Углеводы-116	92-00
Итого за день		Калорийность-1 569, Белки-72, Жиры-52, Углеводы-203	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	Салат из свежих помидоров и огурцов овз пф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	8-53
200	Суп гороховый овз пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-62
65	Котлета рыбная (кета) овз	Калорийность-106, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-6	43-53
150	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	18-31
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-55
33	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-70
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-652, Белки-29, Жиры-18, Углеводы-93	90-24
<u>Полдник</u>			
110	Сырники овз	Калорийность-234, Белки-22, Жиры-6, Углеводы-23	44-08
40	Молоко сгущенное с сахаром овз	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	13-36
200	Кефир 2,5% овз	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	18-88
Итого за Полдник		Калорийность-465, Белки-31, Жиры-14, Углеводы-53	76-32
Итого за день		Калорийность-1117, Белки-60, Жиры-32, Углеводы-146	166-56

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>			
20	<i>Кукуруза сахарная нач</i>	<i>Калорийность-10, Углеводы-2</i>	9-16
50	<i>Котлета рыбная (кета) нач</i>	<i>Калорийность-82, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-4</i>	38-40
180	<i>Макароны отварные с сыром нач</i>	<i>Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34</i>	21-99
200	<i>Напиток из шиповника нач</i>	<i>Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15</i>	7-01
33	<i>Хлеб пшеничный нач</i>	<i>Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16</i>	2-69
Итого за Завтрак (1 смена)		<i>Калорийность-483, Белки-22, Жиры-11, Углеводы-71</i>	79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	<i>Перец болгарский в нарезке нач</i>	<i>Калорийность-5, Углеводы-1</i>	3-61
200	<i>Суп гороховый нач пф</i>	<i>Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16</i>	7-80
125	<i>Голень цыплят бройлеров запечённая нач</i>	<i>Калорийность-329, Белки-26, Жиры-25</i>	45-12
150	<i>Каша перловая рассыпчатая нач</i>	<i>Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31</i>	12-65
200	<i>Компот из кураги нач</i>	<i>Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16</i>	7-46
32	<i>Хлеб пшеничный нач</i>	<i>Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16</i>	2-61
Итого за Обед (2 смена)		<i>Калорийность-779, Белки-37, Жиры-34, Углеводы-80</i>	79-25
Итого за день		<i>Калорийность-1 262, Белки-59, Жиры-45, Углеводы-151</i>	158-50

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>			
30	Кукуруза сахарная бпл	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3	10-26
50	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-82, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-4	42-87
220	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-305, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-42	26-87
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	7-01
35,5	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-91
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-592, Белки-27, Жиры-13, Углеводы-90	92-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
40	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-10, Белки-1, Углеводы-2	7-23
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	8-36
125	Голень цыплят бройлеров запечённая бпл	Калорийность-329, Белки-26, Жиры-25	45-01
220	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-274, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-45	18-58
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-44
40	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	3-30
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-960, Белки-43, Жиры-38, Углеводы-111	92-00
Итого за день		Калорийность-1 552, Белки-70, Жиры-51, Углеводы-201	184-00

Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.



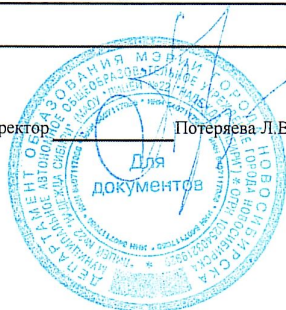
ОВЗ и инвалиды 1-4 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс</u>			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов овз пф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	8-54
200	Суп гороховый овз пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-63
70	Котлета рыбная (кета) овз	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	46-89
160	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-222, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-31	19-55
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-95
27	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	2-13
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-05
Итого за Комплекс		Калорийность-661, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-92	94-74
<u>Полдник</u>			
120	Сырники овз	Калорийность-255, Белки-24, Жиры-7, Углеводы-25	39-55
40	Молоко сгущенное с сахаром овз	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	13-37
200	Кефир 2,5% овз	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	18-90
Итого за Полдник		Калорийность-486, Белки-33, Жиры-15, Углеводы-55	71-82
Итого за день		Калорийность-1 147, Белки-62, Жиры-34, Углеводы-147	166-56

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар КШ Шаланова Е.Е.

Калькулятор НВ Брованова Н.В.



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	<i>Салат из свежих помидоров и огурцов овз пф</i>	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	14-23
250	<i>Суп гороховый овз пф</i>	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-54
70	<i>Котлета рыбная (кета) овз</i>	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	46-89
190	<i>Макароны отварные с сыром овз</i>	Калорийность-263, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-36	23-22
200	<i>Компот из кураги овз</i>	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-95
44	<i>Хлеб пшеничный овз</i>	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	3-50
40	<i>Хлеб бородинский овз</i>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-11
Итого за Комплекс		Калорийность-836, Белки-35, Жиры-25, Углеводы-119	109-44
Полдник			
120	<i>Сырники овз</i>	Калорийность-255, Белки-24, Жиры-7, Углеводы-25	39-55
50	<i>Молоко сгущенное с сахаром овз</i>	Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	16-71
200	<i>Кефир 2,5% овз</i>	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	18-90
Итого за Полдник		Калорийность-519, Белки-34, Жиры-16, Углеводы-61	75-16
Итого за день		Калорийность-1355, Белки-69, Жиры-41, Углеводы-180	184-60



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шу Шаланова Е.Е.

Калькулятор Б Брованова Н.В.

Для документов