

**1-4 классы Сов.63**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
10	<b>Кукуруза сахарная нач</b>	Калорийность-5, Углеводы-1	4-10
50	<b>Котлета рыбная (кета) нач</b>	Калорийность-82, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-4	43-04
200	<b>Макаронны отварные с сыром нач</b>	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	25-37
200	<b>Напиток из шиповника нач</b>	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-89
35	<b>Хлеб пшеничный нач</b>	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-86
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>82-26</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Перец болгарский в нарезке нач</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	5-59
200	<b>Суп гороховый нач пф</b>	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-79
120	<b>Голень цыплят бройлеров запечённая нач</b>	Калорийность-316, Белки-25, Жиры-24	45-43
160	<b>Каша перловая рассыпчатая нач</b>	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-33	13-56
200	<b>Компот из кураги нач</b>	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-53
29	<b>Хлеб пшеничный нач</b>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-36
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>82-26</b>
<b>Итого за день</b>			<b>164-52</b>

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Котомчина Т.А.

Калькулятор \_\_\_\_\_ Брованова Н.В.



## Многодетные, СВО 1-11 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
30	<i>Кукуруза сахарная бпл</i>	<i>Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3</i>	<b>12-30</b>
50	<i>Котлета рыбная (кета) бпл</i>	<i>Калорийность-82, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-4</i>	<b>43-04</b>
220	<i>Макароньы отварные с сыром бпл</i>	<i>Калорийность-305, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-42</i>	<b>27-91</b>
200	<i>Напиток из шиповника бпл</i>	<i>Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15</i>	<b>6-89</b>
47	<i>Хлеб пшеничный бпл</i>	<i>Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23</i>	<b>3-82</b>
20	<i>Хлеб бородинский бпл</i>	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	<b>2-04</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		<i>Калорийность-618, Белки-28, Жиры-13, Углеводы-95</i>	<b>96-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
30	<i>Перец болгарский в нарезке бпл</i>	<i>Калорийность-8, Углеводы-1</i>	<b>11-14</b>
250	<i>Суп гороховый бпл пф</i>	<i>Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20</i>	<b>9-73</b>
120	<i>Голень цыплят бройлеров запечённая бпл</i>	<i>Калорийность-316, Белки-25, Жиры-24</i>	<b>45-43</b>
200	<i>Каша перловая рассыпчатая бпл</i>	<i>Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41</i>	<b>16-96</b>
200	<i>Компот из кураги бпл</i>	<i>Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16</i>	<b>7-53</b>
39	<i>Хлеб пшеничный бпл</i>	<i>Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19</i>	<b>3-17</b>
20	<i>Хлеб бородинский бпл</i>	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	<b>2-04</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		<i>Калорийность-917, Белки-41, Жиры-36, Углеводы-105</i>	<b>96-00</b>
<b>Итого за день</b>		<i>Калорийность-1 535, Белки-69, Жиры-49, Углеводы-200</i>	<b>192-00</b>

Директор \_\_\_\_\_



Шеф-повар \_\_\_\_\_

Котомчина Т.А.

Калькулятор \_\_\_\_\_

Брованова Н.В.

**ОВЗ и инв. 1-4 классы 7-11 лет Сов.63**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Комплекс</u></b>			
60	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов овз пф</b>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	13-97
200	<b>Суп гороховый овз пф</b>	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-79
50	<b>Котлета рыбная (кета) овз</b>	Калорийность-82, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-4	43-04
150	<b>Макаронны отварные с сыром овз</b>	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	19-03
200	<b>Компот из кураги овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-53
31	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-54
20	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-04
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-624, Белки-26, Жиры-17, Углеводы-90	<b>95-94</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Сырники овз</b>	Калорийность-213, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-21	42-95
35	<b>Молоко сгущенное с сахаром овз</b>	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19	11-78
200	<b>Кефир 2,5% овз</b>	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	24-44
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-428, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-48	<b>79-17</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 052, Белки-55, Жиры-31, Углеводы-138	<b>175-11</b>

Директор: \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.




Шеф-повар: \_\_\_\_\_ Котомчина Т.А.

Калькулятор: \_\_\_\_\_ Брованова Н.В.





**ОВЗ и инв. 5-11 классы от 12 лет Сов.63**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Комплекс</u></b>			
100	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов овз пф</b>	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	23-28
250	<b>Суп гороховый овз пф</b>	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-73
50	<b>Котлета рыбная (кета) овз</b>	Калорийность-82, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-4	43-04
200	<b>Макаронны отварные с сыром овз</b>	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	25-37
200	<b>Компот из кураги овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-53
47	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23	3-84
20	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-04
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-785, Белки-32, Жиры-22, Углеводы-112	<b>114-83</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Сырники овз</b>	Калорийность-213, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-21	42-95
35	<b>Молоко сгущенное с сахаром овз</b>	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19	11-78
200	<b>Кефир 2,5% овз</b>	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	24-44
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-428, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-48	<b>79-17</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 213, Белки-61, Жиры-36, Углеводы-160	<b>194-00</b>
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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
10	<b>Кукуруза сахарная нач</b>	Калорийность-5, Углеводы-1	4-10
50	<b>Котлета рыбная (кета) нач</b>	Калорийность-82, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-4	43-04
200	<b>Макароньы отварные с сыром нач</b>	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	25-37
200	<b>Напиток из шиповника нач</b>	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-89
35	<b>Хлеб пшеничный нач</b>	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-86
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>82-26</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Перец болгарский в нарезке нач</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	5-59
200	<b>Суп гороховый нач пф</b>	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-79
120	<b>Голень цыплят бройлеров запечённая нач</b>	Калорийность-316, Белки-25, Жиры-24	45-43
160	<b>Каша перловая рассыпчатая нач</b>	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-33	13-56
200	<b>Компот из кураги нач</b>	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-53
29	<b>Хлеб пшеничный нач</b>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-36
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>82-26</b>
<b>Итого за день</b>			<b>164-52</b>
		Калорийность-1 282, Белки-61, Жиры-46, Углеводы-155	

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.



## Многодетные, СВО 1-11 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
30	<b>Кукуруза сахарная бпл</b>	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3	12-30
50	<b>Котлета рыбная (кета) бпл</b>	Калорийность-82, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-4	43-04
220	<b>Макароны отварные с сыром бпл</b>	Калорийность-305, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-42	27-91
200	<b>Напиток из шиповника бпл</b>	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-89
47	<b>Хлеб пшеничный бпл</b>	Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23	3-82
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-04
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-618, Белки-28, Жиры-13, Углеводы-95	<b>96-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
30	<b>Перец болгарский в нарезке бпл</b>	Калорийность-8, Углеводы-1	11-14
250	<b>Суп гороховый бпл пф</b>	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-73
120	<b>Голень цыплят бройлеров запечённая бпл</b>	Калорийность-316, Белки-25, Жиры-24	45-43
200	<b>Каша перловая рассыпчатая бпл</b>	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	16-96
200	<b>Компот из кураги бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-53
39	<b>Хлеб пшеничный бпл</b>	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	3-17
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-04
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-917, Белки-41, Жиры-36, Углеводы-105	<b>96-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 535, Белки-69, Жиры-49, Углеводы-200	<b>192-00</b>

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.





**ОВЗ и инв. 1-4 классы 7-11 лет Чапл.59**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Комплек</u></b>			
60	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов овз пф</b>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	13-97
200	<b>Суп гороховый овз пф</b>	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-79
50	<b>Котлета рыбная (кета) овз</b>	Калорийность-82, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-4	43-04
150	<b>Макароны отварные с сыром овз</b>	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	19-03
200	<b>Компот из кураги овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-53
31	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-54
20	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-04
<b>Итого за Комплек</b>		Калорийность-624, Белки-26, Жиры-17, Углеводы-90	<b>95-94</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Сырники овз</b>	Калорийность-213, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-21	42-95
35	<b>Молоко сгущенное с сахаром овз</b>	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19	11-78
200	<b>Кефир 2,5% овз</b>	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	24-44
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-428, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-48	<b>79-17</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 052, Белки-55, Жиры-31, Углеводы-138	<b>175-11</b>

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Шаланова Е.Е.

Калькулятор \_\_\_\_\_ Брованова Н.В.



**ОВЗ и инв. 5-11 классы от 12 лет Чапл.59**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Комплекс</u></b>			
100	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов овз пф</b>	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	23-28
250	<b>Суп гороховый овз пф</b>	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-73
50	<b>Котлета рыбная (кета) овз</b>	Калорийность-82, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-4	43-04
200	<b>Макароны отварные с сыром овз</b>	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	25-37
200	<b>Компот из кураги овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-53
47	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-110, Белки-4, Углеводы-23	3-84
20	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-04
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-785, Белки-32, Жиры-22, Углеводы-112	<b>114-83</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Сырники овз</b>	Калорийность-213, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-21	42-95
35	<b>Молоко сгущенное с сахаром овз</b>	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19	11-78
200	<b>Кефир 2,5% овз</b>	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	24-44
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-428, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-48	<b>79-17</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 213, Белки-61, Жиры-36, Углеводы-160	<b>194-00</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

