

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 нач	Калорийность-4, Углеводы-1	5-59
150/75	Жаркое со свиной нач пф	Калорийность-495, Белки-17, Жиры-38, Углеводы-21	64-47
200	Чай со смородиной и сахаром нач	Калорийность-31, Углеводы-7	7-69
55,5	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-131, Белки-4, Углеводы-28	4-51
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-661, Белки-21, Жиры-38, Углеводы-57	82-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Помидор в нарезке нач	Калорийность-3, Углеводы-1	4-23
200	Рассольник ленинградский со сметаной нач пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-51
75	Биточки (особые) нач пф	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	38-54
25	Соус сметанный нач	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	4-64
160	Каша перловая рассыпчатая нач	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-33	13-56
200	Компот из клубники нач	Калорийность-29, Углеводы-7	5-50
28	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	2-28
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-700, Белки-17, Жиры-23, Углеводы-91	82-26
Итого за день		Калорийность-1361, Белки-38, Жиры-61, Углеводы-148	164-52

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)
<u>Комплекс</u>			
100	Икра свекольная овз пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	14-35
250	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-89
200/100	Жаркое со свиной овз пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	85-97
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-50
32,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-64
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-04
Итого за Комплекс		Калорийность-1 058, Белки-31, Жиры-64, Углеводы-87	127-39
<u>Полдник</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	15-20
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-42
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-62
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	48-37
Итого за Полдник		Калорийность-227, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-33	66-61
Итого за день		Калорийность-1 285, Белки-40, Жиры-70, Углеводы-120	194-00

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>			
15	Перец болгарский в нарезке нач	Калорийность-4, Углеводы-1	5-59
150/75	Жаркое со свиной нач пф	Калорийность-495, Белки-17, Жиры-38, Углеводы-21	64-47
200	Чай со смородиной и сахаром нач	Калорийность-31, Углеводы-7	7-69
55,5	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-131, Белки-4, Углеводы-28	4-51
Итого за Завтрак (1 смена)			82-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Помидор в нарезке нач	Калорийность-3, Углеводы-1	4-23
200	Рассольник ленинградский со сметаной нач пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-51
75	Биточки (особые) нач пф	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	38-54
25	Соус сметанный нач	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	4-64
160	Каша перловая рассыпчатая нач	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-33	13-56
200	Компот из клубники нач	Калорийность-29, Углеводы-7	5-50
28	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	2-28
Итого за Обед (2 смена)			82-26
Итого за день			164-52
Калорийность-1361, Белки-38, Жиры-61, Углеводы-148			

Директор Потарьева 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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
15	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	5-59
180/90	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-37
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	7-69
41	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	3-31
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-04
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-765, Белки-25, Жиры-46, Углеводы-61	96-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	5-65
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-67
75	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	38-54
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-29
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	15-26
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-50
25	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-05
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-04
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-808, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-106	96-00
Итого за день		Калорийность-1 573, Белки-44, Жиры-72, Углеводы-167	192-00

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)
<u>Комплекс</u>			
100	Икра свекольная овз пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	14-35
250	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-89
200/100	Жаркое со свиной овз пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	85-97
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-50
32,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-64
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-04
Итого за Комплекс		Калорийность-1 058, Белки-31, Жиры-64, Углеводы-87	127-39
<u>Полдник</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	15-20
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-42
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-62
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	48-37
Итого за Полдник		Калорийность-227, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-33	66-61
Итого за день		Калорийность-1 285, Белки-40, Жиры-70, Углеводы-120	194-00



Директор Потеряева Л.В.
 Шеф-повар Шаланова Е.Е.
 Калькулятор Брованова Н.В.