

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	Перец болгарский в нарезке нач	Калорийность-5, Углеводы-1	7-83
180/90	Жаркое со свиной нач пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-62
200	Чай со смородиной и сахаром нач	Калорийность-31, Углеводы-7	9-66
26	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-15
Итого за Завтрак (1 смена)			97-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке нач	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	16-95
200	Рассольник ленинградский со сметаной нач пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-70
80	Биточки (особые) нач пф	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	41-14
30	Соус сметанный нач	Калорийность-28, Жиры-2, Углеводы-1	5-36
170	Каша перловая рассыпчатая нач	Калорийность-212, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	12-02
200	Компот из клубники нач	Калорийность-29, Углеводы-7	5-88
27	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	2-21
Итого за Обед (2 смена)			97-26
Итого за день			194-52
<small>Калорийность-1 433, Белки-41, Жиры-70, Углеводы-141</small>			



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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-1	11-18
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	86-21
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-85
20	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-68
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-786, Белки-26, Жиры-51, Углеводы-54	111-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	16-95
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-92
80	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	41-14
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	8-96
220	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-274, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-45	15-70
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-83
29,5	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-42
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-895, Белки-21, Жиры-29, Углеводы-120	111-00
Итого за день		Калорийность-1 681, Белки-47, Жиры-80, Углеводы-174	222-00

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар _____ Котомчина Т.А.

Калькулятор _____ Брованова Н.В.



Многодетные, СВО 5-11 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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	3-72
180/90	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-58
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-85
34	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-77
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-748, Белки-25, Жиры-46, Углеводы-57	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	17-92
80	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	41-14
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	8-96
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	12-84
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-83
19	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	1-58
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-812, Белки-18, Жиры-27, Углеводы-105	96-00
Итого за день		Калорийность-1560, Белки-43, Жиры-73, Углеводы-162	192-00

Директор _____ Потеряева Л.В.

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)
<u>Комплексе</u>			
60	Икра свекольная овз пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-71
200	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-69
190/95	Жаркое со свининой овз пф	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	81-02
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-50
19	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	1-57
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-07
Итого за Комплексе		Калорийность-919, Белки-27, Жиры-57, Углеводы-70	112-56
<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	1-64
250	Апельсин овз	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	59-29
Итого за Полдник		Калорийность-241, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-36	77-55
Итого за день		Калорийность-1160, Белки-36, Жиры-64, Углеводы-106	190-11

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	14-51
250	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-11
180/90	Жаркое со свиной овз пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	76-76
180	Компот из клубники овз	Калорийность-26, Углеводы-7	4-95
15	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-20
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-07
Итого за Комплекс		Калорийность-947, Белки-27, Жиры-59, Углеводы-75	116-60
<u>Полдник</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	15-20
180	Чай с сахаром овз	Калорийность-24, Углеводы-6	1-27
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-64
250	Апельсин овз	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	59-29
Итого за Полдник		Калорийность-238, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-36	77-40
Итого за день		Калорийность-1185, Белки-36, Жиры-66, Углеводы-111	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>			
20	Перец болгарский в нарезке нач	Калорийность-5, Углеводы-1	8-41
180/90	Жаркое со свиной нач пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-60
200	Чай со смородиной и сахаром нач	Калорийность-31, Углеводы-7	9-50
21	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-75
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-679, Белки-23, Жиры-46, Углеводы-43	97-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке нач	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	16-95
200	Рассольник ленинградский со сметаной нач пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-69
80	Биточки (особые) нач пф	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	41-14
30	Соус сметанный нач	Калорийность-28, Жиры-2, Углеводы-1	5-37
170	Каша перловая рассыпчатая нач	Калорийность-212, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	12-07
200	Компот из клубники нач	Калорийность-29, Углеводы-7	5-89
26	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-15
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-740, Белки-18, Жиры-24, Углеводы-95	97-26
Итого за день		Калорийность-1 419, Белки-41, Жиры-70, Углеводы-138	194-52



Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е.

Калькулятор _____ 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>			
30	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-1	12-68
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	86-21
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	8-59
17,5	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-44
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-778, Белки-25, Жиры-51, Углеводы-52	111-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	16-95
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-94
80	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	41-14
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	8-95
220	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-274, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-45	15-60
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-89
30	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-45
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-895, Белки-21, Жиры-29, Углеводы-120	111-00
Итого за день		Калорийность-1 673, Белки-46, Жиры-80, Углеводы-172	222-00



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.

Многодетные, СВО 5-11 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>			
10	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-3	4-22
180/90	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-58
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-54
31	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-58
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-741, Белки-24, Жиры-46, Углеводы-55	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	17-94
80	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	41-14
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	8-95
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	12-76
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-89
19	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	1-59
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-812, Белки-18, Жиры-27, Углеводы-105	96-00
Итого за день		Калорийность-1 553, Белки-42, Жиры-73, Углеводы-160	192-00

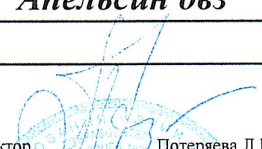


Директор  Потеряева Л.В.

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)
<u>Комплексе</u>			
60	Икра свекольная овз пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-59
200	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-69
190/95	Жаркое со свиной овз пф	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	81-94
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	5-76
22	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-82
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Комплексе		Калорийность-926, Белки-28, Жиры-57, Углеводы-72	113-88
<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	1-65
240	Апельсин овз	Калорийность-91, Белки-2, Углеводы-19	57-96
Итого за Полдник		Калорийность-237, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-35	76-23
Итого за день		Калорийность-1163, Белки-37, Жиры-63, Углеводы-107	190-11
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	14-32
250	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-11
180/90	Жаркое со свиной овз пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-63
180	Компот из клубники овз	Калорийность-26, Углеводы-7	5-18
19	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	1-60
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Комплекс		Калорийность-957, Белки-27, Жиры-59, Углеводы-77	117-92
<u>Полдник</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	15-20
180	Чай с сахаром овз	Калорийность-24, Углеводы-6	1-27
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-65
240	Апельсин овз	Калорийность-91, Белки-2, Углеводы-19	57-96
Итого за Полдник		Калорийность-234, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-35	76-08
Итого за день		Калорийность-1191, Белки-36, Жиры-65, Углеводы-112	194-00
Директор	Потеряева Л.В.	Шеф-повар	Шаланова Е.Е.
		Калькулятор	Брованова Н.В.

