

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>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке нач	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	29-11
315	Плов с курицей нач пф	Калорийность-430, Белки-29, Жиры-12, Углеводы-52	64-29
200	Чай с сахаром нач	Калорийность-27, Углеводы-6	1-42
29,5	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-44
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-670, Белки-40, Жиры-24, Углеводы-73	97-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Огурец в нарезке нач	Калорийность-8, Углеводы-2	13-56
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной нач пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	12-36
60/40	Гуляш из свинины нач пф	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	49-54
200	Макароны отварные нач	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	13-76
200	Компот из облепихи нач	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-39
32	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-65
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-794, Белки-23, Жиры-42, Углеводы-83	97-26
Итого за день		Калорийность-1 464, Белки-63, Жиры-66, Углеводы-156	194-52

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>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	29-08
370	Плов с курицей бпл пф	Калорийность-505, Белки-34, Жиры-14, Углеводы-61	75-50
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-42
35,5	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-92
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-799, Белки-47, Жиры-26, Углеводы-93	111-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-2	13-56
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	12-35
75/50	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-400, Белки-15, Жиры-36, Углеводы-4	61-98
200	Макароны отварные бпл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	13-82
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-39
22	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-82
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-891, Белки-27, Жиры-49, Углеводы-86	111-00
Итого за день		Калорийность-1 690, Белки-74, Жиры-75, Углеводы-179	222-00

Директор _____ Мотылева Л.В.

Шеф-повар _____ Котомчина Т.А.

Калькулятор _____ Брованова Н.В.



Многодетные, СВО 5-11 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>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	29-08
300	Плов с курицей бпл пф	Калорийность-410, Белки-28, Жиры-11, Углеводы-50	61-21
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-42
27	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	2-21
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-683, Белки-40, Жиры-23, Углеводы-77	96-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
40	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-6, Углеводы-1	9-04
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	15-44
60/40	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	49-58
180	Макароны отварные бпл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	12-44
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-39
25	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-03
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-813, Белки-23, Жиры-42, Углеводы-83	96-00
Итого за день		Калорийность-1 496, Белки-63, Жиры-65, Углеводы-160	192-00

Директор



Иотарьева Л.В.

Шеф-повар

[Signature]

Котомчина Т.А.

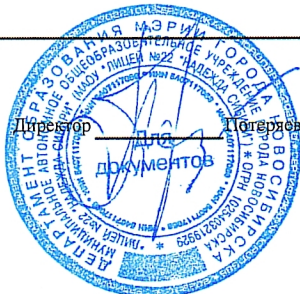
Калькулятор

[Signature]

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)
Комплекс			
60	Салат из моркови с яблоками овз пф	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-90
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной овз пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	12-35
350	Плов с курицей овз пф	Калорийность-478, Белки-32, Жиры-13, Углеводы-58	72-72
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-39
29	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-39
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Комплекс		Калорийность-789, Белки-38, Жиры-25, Углеводы-101	101-83
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	14-53
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	19-59
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-65
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	52-51
Итого за Полдник		Калорийность-333, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-49	88-28
Итого за день		Калорийность-1 122, Белки-50, Жиры-34, Углеводы-150	190-11



Директор

Потряева 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)
Комплекс			
100	Салат из моркови с яблоками овз пф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	11-51
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной овз пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	15-44
340	Плов с курицей овз пф	Калорийность-464, Белки-31, Жиры-13, Углеводы-56	70-64
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-39
32	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-62
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Комплекс		Калорийность-855, Белки-37, Жиры-30, Углеводы-106	107-68
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	14-53
180	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	17-63
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-65
215	Апельсин овз	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17	52-51
Итого за Полдник		Калорийность-320, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-47	86-32
Итого за день		Калорийность-1175, Белки-49, Жиры-39, Углеводы-153	194-00

Директор _____ Подсёряева 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>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке нач	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	25-50
335	Плов с курицей нач пф	Калорийность-457, Белки-31, Жиры-12, Углеводы-55	68-26
200	Чай с сахаром нач	Калорийность-27, Углеводы-6	1-42
25	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-668, Белки-41, Жиры-22, Углеводы-73	97-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Огурец в нарезке нач	Калорийность-8, Углеводы-2	13-56
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной нач пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	12-35
60/40	Гуляш из свинины нач пф	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	49-63
200	Макароны отварные нач	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	13-91
200	Компот из облепихи нач	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-39
29	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-42
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-787, Белки-23, Жиры-42, Углеводы-81	97-26
Итого за день		Калорийность-1 455, Белки-64, Жиры-64, Углеводы-154	194-52

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.



Многодетные 1-4 классы Чапл.59

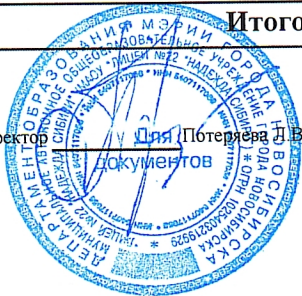
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
35	<i>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</i>	<i>Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10</i>	<i>25-44</i>
390	<i>Плов с курицей бпл пф</i>	<i>Калорийность-533, Белки-36, Жиры-15, Углеводы-64</i>	<i>79-93</i>
200	<i>Чай с сахаром бпл</i>	<i>Калорийность-27, Углеводы-6</i>	<i>1-42</i>
26	<i>Хлеб пшеничный бпл</i>	<i>Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13</i>	<i>2-13</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-786, Белки-47, Жиры-25, Углеводы-91</i>	<i>111-00</i>
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	<i>Огурец в нарезке бпл</i>	<i>Калорийность-8, Углеводы-2</i>	<i>13-56</i>
200	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</i>	<i>Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10</i>	<i>12-36</i>
75/50	<i>Гуляш из свинины бпл пф</i>	<i>Калорийность-400, Белки-15, Жиры-36, Углеводы-4</i>	<i>61-94</i>
200	<i>Макароньы отварные бпл</i>	<i>Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44</i>	<i>13-79</i>
200	<i>Компот из облепихи бпл</i>	<i>Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7</i>	<i>5-39</i>
23	<i>Хлеб пшеничный бпл</i>	<i>Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11</i>	<i>1-88</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-893, Белки-27, Жиры-49, Углеводы-86</i>	<i>111-00</i>
Итого за день		<i>Калорийность-1 679, Белки-74, Жиры-74, Углеводы-177</i>	<i>222-00</i>

 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>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	25-44
315	Плов с курицей бпл пф	Калорийность-430, Белки-29, Жиры-12, Углеводы-52	64-56
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-42
30	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-50
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)			96-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
40	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-6, Углеводы-1	9-04
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	15-45
60/40	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	49-55
180	Макароны отварные бпл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	12-41
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-39
25	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-08
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)			96-00
Итого за день			192-00
			Калорийность-1 505, Белки-63, Жиры-64, Углеводы-164

Директор



Потеряно 1 экз. Документов

Шеф-повар

[Signature]

Шаланова Е.Е.

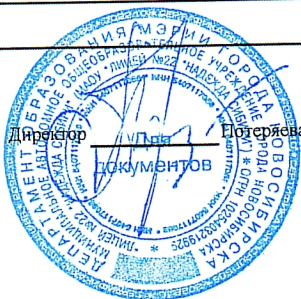
Калькулятор

[Signature]

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>Комплекс</u>			
60	Салат из моркови с яблоками овз пф	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-92
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной овз пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	12-35
330	Плов с курицей овз пф	Калорийность-451, Белки-31, Жиры-12, Углеводы-55	67-39
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-39
25,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-10
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Комплекс		Калорийность-755, Белки-37, Жиры-24, Углеводы-97	96-23
<u>Полдник</u>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	25-55
180	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	17-69
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-65
200	Апельсин овз	Калорийность-76, Белки-2, Углеводы-16	48-99
Итого за Полдник		Калорийность-368, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-46	93-88
Итого за день		Калорийность-1 123, Белки-52, Жиры-37, Углеводы-143	190-11



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

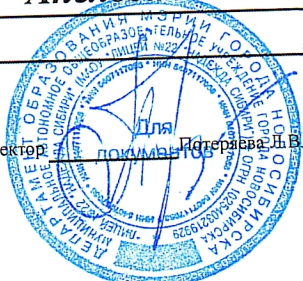
Калькулятор

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)
Комплекс			
100	Салат из моркови с яблоками овз пф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	11-54
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной овз пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	15-44
310	Плов с курицей овз пф	Калорийность-423, Белки-29, Жиры-12, Углеводы-51	63-30
200	Компот из облепихи овз	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-39
29	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-37
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Комплекс		Калорийность-807, Белки-35, Жиры-29, Углеводы-99	100-12
Полдник			
35	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	25-55
180	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	17-69
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-65
200	Апельсин овз	Калорийность-76, Белки-2, Углеводы-16	48-99
Итого за Полдник		Калорийность-368, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-46	93-88
Итого за день		Калорийность-1175, Белки-50, Жиры-42, Углеводы-145	194-00

Директор: _____



Подпись: _____

Шеф-повар _____

Шаланова Е.Е.

Калькулятор _____

Брованова Н.В.