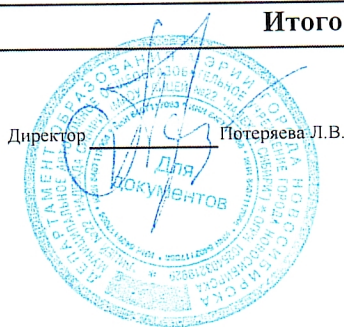


## 1-4 классы Сов.63

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>			
30	<b>Горошек зеленый нач</b>	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	<b>10-46</b>
90	<b>Бефстроганов из отварной говядины нач пф</b>	Калорийность-188, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-2	<b>69-69</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая нач</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	<b>11-28</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром нач</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>2-74</b>
37.5	<b>Хлеб пшеничный нач</b>	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	<b>3-09</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>97-26</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Помидор в нарезке нач</b>	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	<b>16-95</b>
200	<b>Рассольник ленинградский со сметаной нач пф</b>	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	<b>13-84</b>
75	<b>Тефтели из говядины и свинины с рисом нач пф</b>	Калорийность-201, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-6	<b>36-05</b>
25	<b>Соус сметанный натуральный нач</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	<b>8-94</b>
150	<b>Рис отварной нач</b>	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	<b>13-99</b>
200	<b>Компот из клубники нач</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>5-93</b>
19	<b>Хлеб пшеничный нач</b>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	<b>1-56</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>97-26</b>
<b>Итого за день</b>			<b>194-52</b>



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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
30	Горошек зеленый бпл	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	<b>10-46</b>
105	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-220, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-2	<b>81-31</b>
150	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	<b>11-29</b>
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>2-74</b>
38	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	<b>3-12</b>
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-08</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-622, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-74	<b>111-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	<b>16-95</b>
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	<b>14-51</b>
75	Тефтели из говядины и свинины с рисом бпл пф	Калорийность-201, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-6	<b>36-05</b>
40	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-3	<b>14-31</b>
200	Рис отварной бпл	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	<b>18-66</b>
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>5-93</b>
30.5	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	<b>2-51</b>
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-08</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-808, Белки-22, Жиры-33, Углеводы-103	<b>111-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 430, Белки-51, Жиры-55, Углеводы-177	<b>222-00</b>

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)
<b><u>Комплекс</u></b>			
60	<b>Икра свекольная овз пф</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	<b>8-53</b>
200	<b>Рассольник ленинградский со сметаной овз пф</b>	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	<b>13-84</b>
105	<b>Бефстроганов из отварной говядины овз пф</b>	Калорийность-220, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-2	<b>81-29</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	<b>11-29</b>
180	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-26, Углеводы-7	<b>5-33</b>
25	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-03</b>
20	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-08</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-757, Белки-30, Жиры-31, Углеводы-85	<b>124-39</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
240	<b>Банан овз</b>	Калорийность-229, Белки-4, Углеводы-54	<b>42-72</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>23-00</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-363, Белки-5, Углеводы-87	<b>65-72</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 120, Белки-35, Жиры-31, Углеводы-172	<b>190-11</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>Икра свекольная овз пф</b>	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	<b>14-21</b>
250	<b>Рассольник ленинградский со сметаной овз пф</b>	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	<b>17-30</b>
105	<b>Бефстроганов из отварной говядины овз пф</b>	Калорийность-220, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-2	<b>81-29</b>
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	<b>13-54</b>
180	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-26, Углеводы-7	<b>5-33</b>
20	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	<b>1-65</b>
20	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-08</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-865, Белки-33, Жиры-37, Углеводы-98	<b>135-40</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Банан овз</b>	Калорийность-191, Белки-3, Углеводы-45	<b>35-60</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>23-00</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-325, Белки-4, Углеводы-78	<b>58-60</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1190, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-176	<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>			
30	<b>Горошек зеленый нач</b>	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	<b>10-46</b>
90	<b>Бефстроганов из отварной говядины нач пф</b>	Калорийность-188, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-2	<b>69-69</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая нач</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	<b>11-28</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром нач</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>2-74</b>
37.5	<b>Хлеб пшеничный нач</b>	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	<b>3-09</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-550, Белки-26, Жиры-20, Углеводы-66	<b>97-26</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Помидор в нарезке нач</b>	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	<b>16-95</b>
200	<b>Рассольник ленинградский со сметаной нач пф</b>	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	<b>13-84</b>
75	<b>Тефтели из говядины и свинины с рисом нач пф</b>	Калорийность-201, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-6	<b>36-05</b>
25	<b>Соус сметанный натуральный нач</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	<b>8-94</b>
150	<b>Рис отварной нач</b>	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	<b>13-99</b>
200	<b>Компот из клубники нач</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>5-93</b>
19	<b>Хлеб пшеничный нач</b>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	<b>1-56</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-646, Белки-19, Жиры-29, Углеводы-75	<b>97-26</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 196, Белки-45, Жиры-49, Углеводы-141	<b>194-52</b>

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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
30	<b>Горошек зеленый бпл</b>	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	<b>10-46</b>
105	<b>Бефстроганов из отварной говядины бпл пф</b>	Калорийность-220, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-2	<b>81-31</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая бпл</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	<b>11-29</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>2-74</b>
38	<b>Хлеб пшеничный бпл</b>	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	<b>3-12</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-08</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>111-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Помидор в нарезке бпл</b>	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	<b>16-95</b>
200	<b>Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	<b>14-51</b>
75	<b>Тефтели из говядины и свинины с рисом бпл пф</b>	Калорийность-201, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-6	<b>36-05</b>
40	<b>Соус сметанный натуральный бпл</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-3	<b>14-31</b>
200	<b>Рис отварной бпл</b>	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	<b>18-66</b>
200	<b>Компот из клубники бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>5-90</b>
31	<b>Хлеб пшеничный бпл</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	<b>2-54</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-08</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>111-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>222-00</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



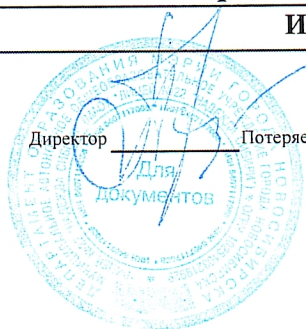
## Многодетные, СВО 5-11 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
15	Горошек зеленый бпл	Калорийность-6, Углеводы-1	5-23
90	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-188, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-2	69-69
190	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-296, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-46	14-30
180	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-25, Углеводы-6	2-46
27	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	2-24
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>96-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
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	18-14
75	Тефтели из говядины и свинины с рисом бпл пф	Калорийность-201, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-6	36-05
170	Рис отварной бпл	Калорийность-231, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-41	15-86
180	Компот из клубники бпл	Калорийность-26, Углеводы-7	5-31
19.5	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-61
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>96-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>192-00</b>
Калорийность-1 309, Белки-47, Жиры-48, Углеводы-167			

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>Комплекс</u></b>			
60	<b>Икра свекольная овз пф</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	<b>8-47</b>
200	<b>Рассольник ленинградский со сметаной овз пф</b>	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	<b>13-83</b>
105	<b>Бефстроганов из отварной говядины овз пф</b>	Калорийность-220, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-2	<b>81-31</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	<b>11-29</b>
180	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-26, Углеводы-7	<b>5-33</b>
25	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-08</b>
20	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-08</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-757, Белки-30, Жиры-31, Углеводы-85	<b>124-39</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
240	<b>Банан овз</b>	Калорийность-229, Белки-4, Углеводы-54	<b>42-72</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>23-00</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-363, Белки-5, Углеводы-87	<b>65-72</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 120, Белки-35, Жиры-31, Углеводы-172	<b>190-11</b>
Директор	Потеряева Л.В.	Шеф-повар <u>Шаланова Е.Е.</u>	Калькулятор <u>Брованова Н.В.</u>



