

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>			
27,5	Перец болгарский в нарезке нач	Калорийность-7, Углеводы-1	12-45
170/85	Жаркое со свинойной нач пф	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	72-50
200	Чай со смородиной и сахаром нач	Калорийность-31, Углеводы-7	9-73
31	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-58
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-672, Белки-22, Жиры-43, Углеводы-47	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	13-98
75	Биточки (особые) нач пф	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	42-50
15	Соус сметанный нач	Калорийность-14, Жиры-1	2-85
150	Каша перловая рассыпчатая нач	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	12-02
200	Компот из клубники нач	Калорийность-29, Углеводы-7	6-15
34	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-81
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-702, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-92	97-26
Итого за день		Калорийность-1 374, Белки-40, Жиры-64, Углеводы-139	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)
--------------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак (1 смена)

27,5	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-7, Углеводы-1	12-30
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	85-61
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	8-76
27	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	2-25
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)			111-00

Обед (2 смена)

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	18-33
75	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	42-52
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-50
170	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-212, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	13-61
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-15
22	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-86
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)			111-00

Итого за день Калорийность-1 595, Белки-46, Жиры-77, Углеводы-160 **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	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак (1 смена)

15	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	6-59
180/90	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-05
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	8-76
18	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-52
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)			96-00

Обед (2 смена)

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	18-33
75	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	42-52
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	4-75
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	14-41
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-15
25	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-11
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)			96-00

Итого за день Калорийность-1493, Белки-41, Жиры-70, Углеводы-154 **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>Комплекс</u>			
60	Икра свекольная овз пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-48
200	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-98
200/100	Жаркое со свиной овз пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	85-78
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	6-12
21	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-76
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Комплекс		Калорийность-956, Белки-29, Жиры-60, Углеводы-73	118-20
<u>Полдник</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	17-04
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-42
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-67
245	Апельсин овз	Калорийность-93, Белки-2, Углеводы-20	51-78
Итого за Полдник		Калорийность-239, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-36	71-91
Итого за день		Калорийность-1 195, Белки-38, Жиры-66, Углеводы-109	190-11
Директор	Потеряева Л.В.	Шеф-повар	Котомчина Т.А.
		Калькулятор	Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 5-11 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>Комплекс</u>			
60	Икра свекольная овз пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-48
200	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-98
150/75	Жаркое со свиной овз пф	Калорийность-495, Белки-17, Жиры-38, Углеводы-21	64-33
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	6-12
49	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-115, Белки-4, Углеводы-24	4-10
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Комплекс		Калорийность-857, Белки-25, Жиры-47, Углеводы-80	99-09
<u>Полдник</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	17-04
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-42
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-67
245	Апельсин овз	Калорийность-93, Белки-2, Углеводы-20	51-78
Итого за Полдник		Калорийность-239, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-36	71-91
Итого за день		Калорийность-1 096, Белки-34, Жиры-53, Углеводы-116	171-00

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	14-13
250	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-48
180/90	Жаркое со свиной овз пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-20
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	6-12
36	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-99
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-17
Итого за Комплекс		Калорийность-1 038, Белки-31, Жиры-60, Углеводы-94	122-09
<u>Полдник</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	17-04
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-42
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-67
245	Апельсин овз	Калорийность-93, Белки-2, Углеводы-20	51-78
Итого за Полдник		Калорийность-239, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-36	71-91
Итого за день		Калорийность-1 277, Белки-40, Жиры-66, Углеводы-130	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>			
27,5	Перец болгарский в нарезке нач	Калорийность-7, Углеводы-1	12-36
170/85	Жаркое со свиной нач пф	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	73-08
200	Чай со смородиной и сахаром нач	Калорийность-31, Углеводы-7	9-73
25	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-09
Итого за Завтрак (1 смена)			97-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке нач	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	17-90
200	Рассольник ленинградский со сметаной нач пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	14-17
75	Биточки (особые) нач пф	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	42-52
15	Соус сметанный нач	Калорийность-14, Жиры-1	2-85
150	Каша перловая рассыпчатая нач	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	12-02
180	Компот из клубники нач	Калорийность-26, Углеводы-7	5-54
27	Хлеб пшеничный нач	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	2-26
Итого за Обед (2 смена)			97-26
Итого за день			194-52
Калорийность-1 340, Белки-39, Жиры-64, Углеводы-132			

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)
--------------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак (1 смена)

27,5	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-7, Углеводы-1	12-40
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	85-61
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	8-76
26	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-15
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)			111-00

Обед (2 смена)

60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	17-47
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	18-42
75	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	42-52
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-50
170	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-212, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	13-58
180	Компот из клубники бпл	Калорийность-26, Углеводы-7	5-55
22,5	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-88
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)			111-00
Итого за день			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)
--------------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак (1 смена)

15	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	6-64
180/90	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-05
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	8-76
18	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-47
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Завтрак (1 смена)			96-00

Обед (2 смена)

20	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	5-82
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	18-42
75	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	42-52
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	4-75
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	14-38
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-17
22	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-86
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Обед (2 смена)			96-00
Итого за день			192-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Для
документов

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	Икра свекольная овз пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-50
200	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-98
200/100	Жаркое со свиной овз пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	85-16
180	Компот из клубники овз	Калорийность-26, Углеводы-7	5-52
27	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	2-24
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Комплекс		Калорийность-967, Белки-29, Жиры-60, Углеводы-76	117-48
<u>Полдник</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	16-93
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-42
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-66
245	Апельсин овз	Калорийность-93, Белки-2, Углеводы-20	52-62
Итого за Полдник		Калорийность-239, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-36	72-63
Итого за день		Калорийность-1 206, Белки-38, Жиры-66, Углеводы-112	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	Икра свекольная овз пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	14-17
250	Рассольник ленинградский со сметаной овз пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-48
180/90	Жаркое со свининой овз пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	76-64
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	6-14
33	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-77
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-17
Итого за Комплекс		Калорийность-1 031, Белки-31, Жиры-60, Углеводы-92	121-37
Полдник			
20	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-72, Белки-3, Жиры-6	16-93
200	Чай с сахаром овз	Калорийность-27, Углеводы-6	1-42
20	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-66
245	Апельсин овз	Калорийность-93, Белки-2, Углеводы-20	52-62
Итого за Полдник		Калорийность-239, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-36	72-63
Итого за день		Калорийность-1 270, Белки-40, Жиры-66, Углеводы-128	194-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

