

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>			
55	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	9-94
170/85	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	70-81
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-08
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-43
Итого за Завтрак (1 смена)			92-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	12-20
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-19
75	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	42-47
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	4-48
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-90
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-23
23	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-79
Итого за Обед (2 смена)			92-26
Итого за день			184-52

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Многодетные 1-4 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>			
55	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	9-94
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	83-30
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-08
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-68
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-775, Белки-26, Жиры-51, Углеводы-53	106-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	12-20
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-19
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-362, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-30	56-63
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	4-48
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-90
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-23
19,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-37
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-768, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-94	106-00
Итого за день		Калорийность-1 543, Белки-45, Жиры-76, Углеводы-147	212-00

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
55	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	9-94
180/90	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	74-97
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-08
16,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-01
Итого за Завтрак (1 смена)			96-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
45	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-10, Углеводы-2	9-15
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-49
75	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	42-47
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	4-48
200	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	14-53
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-23
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-65
Итого за Обед (2 смена)			96-00
Итого за день			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 бпл пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-20
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-19
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	83-30
180	Компот из клубники бпл	Калорийность-26, Углеводы-7	5-60
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-45
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-951, Белки-29, Жиры-60, Углеводы-73	114-94
<u>Полдник</u>			
25	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	21-32
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-45
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	45-00
Итого за Полдник		Калорийность-259, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-36	70-17
Итого за день		Калорийность-1 210, Белки-39, Жиры-68, Углеводы-109	185-11

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 бпл пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-62
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-49
200/100	Жаркое со свининой бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	83-30
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-23
16	Батон нарезной бпл	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8	1-99
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-1 019, Белки-29, Жиры-64, Углеводы-79	123-83
<u>Полдник</u>			
25	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	21-32
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-45
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	45-00
Итого за Полдник		Калорийность-259, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-36	70-17
Итого за день		Калорийность-1 278, Белки-39, Жиры-72, Углеводы-115	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>			
55	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	9-94
170/85	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	70-81
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-08
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-43
Итого за Завтрак (1 смена)			92-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	12-20
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-19
75	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	42-47
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	4-48
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-84
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-23
23,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-85
Итого за Обед (2 смена)			92-26
Итого за день			184-52

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>			
55	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	9-94
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	83-30
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-08
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-68
Итого за Завтрак (1 смена)			106-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	12-20
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-19
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-362, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-30	56-63
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	4-48
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-84
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-23
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-43
Итого за Обед (2 смена)			106-00
Итого за день			212-00



Шеф-повар Шаланова Е.Е. Калькулятор Брованова Н.В.

Многодетные, СВО 5-11 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
55	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	9-94
180/90	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	74-97
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-08
16,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-01
Итого за Завтрак (1 смена)			96-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
45	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-10, Углеводы-2	9-15
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-49
75	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-272, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-22	42-47
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	4-48
200	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	14-45
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-23
22,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-73
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.



ОВЗ и инв. 1-4 классы 7-11 лет Чанл.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 бпл пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	8-20
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-19
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	83-30
180	Компот из клубники бпл	Калорийность-26, Углеводы-7	5-60
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-45
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-951, Белки-29, Жиры-60, Углеводы-73	114-94
<u>Полдник</u>			
25	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	21-32
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-45
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	45-00
Итого за Полдник		Калорийность-259, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-36	70-17
Итого за день		Калорийность-1 210, Белки-39, Жиры-68, Углеводы-109	185-11

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 5-11 классы от 12 лет Чанл.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 бпл пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-62
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-49
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	83-30
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-23
16	Батон нарезной бпл	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8	1-99
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-1 019, Белки-29, Жиры-64, Углеводы-79	123-83
<u>Полдник</u>			
25	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	21-32
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-45
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	45-00
Итого за Полдник		Калорийность-259, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-36	70-17
Итого за день		Калорийность-1 278, Белки-39, Жиры-72, Углеводы-115	194-00
Директор	Потеряева Л.В.	Шеф-повар <u>Шаланова Е.Е.</u>	Калькулятор <u>Брованова Н.В.</u>

