

26.11.2025 (среда)

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>			
60	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-2	7-72
65	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-106, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-6	55-81
150	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	19-37
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-45
24,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-91
Итого за Завтрак (1 смена)			Калорийность-446, Белки-22, Жиры-11, Углеводы-64 92-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	10-36
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	6-99
140	Голень цыплят бройлеров запечённая бпл	Калорийность-368, Белки-29, Жиры-28	51-06
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	13-00
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-62
27	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-23
Итого за Обед (2 смена)			Калорийность-854, Белки-42, Жиры-38, Углеводы-85 92-26
Итого за день			Калорийность-1 300, Белки-64, Жиры-49, Углеводы-149 184-52



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

26.11.2025 (среда)

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>			
60	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-2	7-72
65	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-106, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-6	55-81
200	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	25-83
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-45
31	Батон нарезной бпл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	3-68
100	Крендель сахарный бпл	Калорийность-334, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-50	6-51
Итого за Завтрак (1 смена)			106-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	10-36
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	6-99
140	Голень цыплят бройлеров запечённая бпл	Калорийность-368, Белки-29, Жиры-28	51-06
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-83
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	23-62
26,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-14
Итого за Обед (2 смена)			106-00
Итого за день			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	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
60	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-2	7-72
65	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-106, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-6	55-81
180	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-25
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-45
23,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-77
Итого за Завтрак (1 смена)			96-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	10-36
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	8-74
140	Голень цыплят бройлеров запечённая бпл	Калорийность-368, Белки-29, Жиры-28	51-06
210	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-262, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-43	15-17
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-62
25,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	3-05
Итого за Обед (2 смена)			96-00
Итого за день			192-00
Калорийность-1 403, Белки-67, Жиры-52, Углеводы-164			



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	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс</u>			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	9-62
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	6-99
140	Голень цыплят бройлеров запечённая бпл	Калорийность-368, Белки-29, Жиры-28	51-06
150	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	19-37
180	Компот из кураги бпл	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-14	6-85
15,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8	1-87
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-868, Белки-45, Жиры-42, Углеводы-77	97-96
<u>Полдник</u>			
140	Сырники бпл	Калорийность-298, Белки-28, Жиры-8, Углеводы-29	63-09
50	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	18-25
180	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	5-81
Итого за Полдник		Калорийность-521, Белки-33, Жиры-12, Углеводы-71	87-15
Итого за день		Калорийность-1 389, Белки-78, Жиры-54, Углеводы-148	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	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс</u>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	16-04
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	8-74
140	Голень цыплят бройлеров запечённая бпл	Калорийность-368, Белки-29, Жиры-28	51-06
180	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-24
180	Компот из кураги бпл	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-14	6-85
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-38
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-973, Белки-48, Жиры-46, Углеводы-89	110-51
<u>Полдник</u>			
140	Сырники бпл	Калорийность-298, Белки-28, Жиры-8, Углеводы-29	63-09
40	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	14-59
180	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	5-81
Итого за Полдник		Калорийность-488, Белки-32, Жиры-11, Углеводы-65	83-49
Итого за день		Калорийность-1461, Белки-80, Жиры-57, Углеводы-154	194-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



1-4 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>			
60	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-2	7-72
65	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-106, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-6	53-14
170	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-235, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-32	21-92
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-23
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-25
Итого за Завтрак (1 смена)			92-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	10-66
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	6-99
140	Голень цыплят бройлеров запечённая бпл	Калорийность-368, Белки-29, Жиры-28	51-25
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	12-99
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-62
23	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-75
Итого за Обед (2 смена)			92-26
Итого за день			184-52
		Калорийность-1 325, Белки-65, Жиры-50, Углеводы-152	



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>			
60	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-2	7-72
65	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-106, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-6	53-14
220	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-305, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-42	28-37
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-23
35	Батон нарезной бпл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	4-17
100	Крендель сахарный бпл	Калорийность-334, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-50	6-37
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-900, Белки-34, Жиры-26, Углеводы-132	106-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	10-66
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	6-99
140	Голень цыплят бройлеров запечённая бпл	Калорийность-368, Белки-29, Жиры-28	51-25
160	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-33	11-55
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	22-66
24,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-89
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-864, Белки-42, Жиры-38, Углеводы-89	106-00
Итого за день		Калорийность-1 764, Белки-76, Жиры-64, Углеводы-221	212-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Многодетные 1-4 классы Чапл.59 /аллергия

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
60	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-2	7-72
100	Рыба тушеная в томате с овощами (кета) бпл пф	Калорийность-191, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-6	82-68
220	Макароны отварные с растительным маслом бпл	Калорийность-289, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-48	4-89
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-23
41	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-81, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-48
Итого за Завтрак (1 смена)			106-00
Итого за день			106-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Многодетные, СВО 5-11 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
60	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-2	7-72
65	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-106, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-6	53-14
200	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	25-79
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-23
26	Батон нарезной бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	3-12
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-517, Белки-25, Жиры-13, Углеводы-74	96-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	10-66
250	Суп гороховый бпл иф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	8-74
140	Голень цыплят бройлеров запечённая бпл	Калорийность-368, Белки-29, Жиры-28	51-25
200	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	14-44
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-62
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-29
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-911, Белки-44, Жиры-40, Углеводы-94	96-00
Итого за день		Калорийность-1 428, Белки-69, Жиры-53, Углеводы-168	192-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 1-4 классы 7-11 лет Чашл.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 свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	9-62
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	6-99
140	Голень цыплят бройлеров запечённая бпл	Калорийность-368, Белки-29, Жиры-28	51-25
150	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	19-34
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-62
18,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-17
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-882, Белки-45, Жиры-42, Углеводы-80	99-19
<u>Полдник</u>			
140	Сырники бпл	Калорийность-298, Белки-28, Жиры-8, Углеводы-29	62-96
50	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	17-36
180	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	5-60
Итого за Полдник		Калорийность-521, Белки-33, Жиры-12, Углеводы-71	85-92
Итого за день		Калорийность-1 403, Белки-78, Жиры-54, Углеводы-151	185-11

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 5-11 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 свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	9-62
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	6-99
140	Голень цыплят бройлеров запечённая бпл	Калорийность-368, Белки-29, Жиры-28	51-25
150	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	19-34
180	Компот из кураги бпл	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-14	6-85
23	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-72
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-884, Белки-46, Жиры-42, Углеводы-80	98-97
<u>Полдник</u>			
140	Сырники бпл	Калорийность-298, Белки-28, Жиры-8, Углеводы-29	62-96
10	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-33, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-6	3-47
180	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	5-60
Итого за Полдник		Калорийность-390, Белки-30, Жиры-9, Углеводы-49	72-03
Итого за день		Калорийность-1 274, Белки-76, Жиры-51, Углеводы-129	171-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 5-11 классы от 12 лет Чашл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс</u>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	16-04
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	8-74
140	Голень цыплят бройлеров запечённая бпл	Калорийность-368, Белки-29, Жиры-28	51-25
180	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-21
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-62
21	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-49
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-982, Белки-48, Жиры-46, Углеводы-91	111-55
<u>Полдник</u>			
140	Сырники бпл	Калорийность-298, Белки-28, Жиры-8, Углеводы-29	62-96
40	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	13-89
180	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	5-60
Итого за Полдник		Калорийность-488, Белки-32, Жиры-11, Углеводы-65	82-45
Итого за день		Калорийность-1 470, Белки-80, Жиры-57, Углеводы-156	194-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

