

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>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	8-82
170/85	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	72-99
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-20
19,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-25
Итого за Завтрак (1 смена)			92-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	9-30
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-71
80	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	45-20
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	4-80
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-67
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-21
20,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-37
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	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	8-82
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	85-87
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-20
27	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-11
Итого за Завтрак (1 смена)			106-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	9-30
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-13
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-362, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-30	56-50
20	Соус сметанный бпл	Калорийность-19, Жиры-2, Углеводы-1	3-84
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-67
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-21
20,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-35
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	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	8-82
180/90	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-29
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	7-38
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-51
Итого за Завтрак (1 смена)			96-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
45	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-10, Углеводы-2	6-98
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-13
80	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	45-20
20	Соус сметанный бпл	Калорийность-19, Жиры-2, Углеводы-1	3-84
200	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	14-22
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-21
21	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-42
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	зн. 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	8-03
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-71
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	85-87
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-21
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-53
18,5	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8	1-83
Итого за Комплекс		Калорийность-957, Белки-29, Жиры-60, Углеводы-74	118-18
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-22
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-45
230	Апельсин бпл	Калорийность-87, Белки-2, Углеводы-19	36-84
Итого за Полдник		Калорийность-291, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-40	66-93
Итого за день		Калорийность-1 248, Белки-40, Жиры-69, Углеводы-114	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	13-39
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-13
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	85-87
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-21
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-49
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-98
Итого за Комплекс		Калорийность-1 033, Белки-30, Жиры-64, Углеводы-82	127-07
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-22
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-45
230	Апельсин бпл	Калорийность-87, Белки-2, Углеводы-19	36-84
Итого за Полдник		Калорийность-291, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-40	66-93
Итого за день		Калорийность-1 324, Белки-41, Жиры-73, Углеводы-122	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>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	8-80
180/90	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-54
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-05
25	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-87
Итого за Завтрак (1 смена)			97-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	8-82
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-48
80	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	45-30
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-67
170	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-212, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	12-09
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-91
17,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-99
Итого за Обед (2 смена)			97-26
Итого за день			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>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	8-80
210/105	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-693, Белки-24, Жиры-53, Углеводы-29	90-47
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-05
32	Батон нарезной бпл	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	3-68
Итого за Завтрак (1 смена)			111-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	8-82
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-85
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-362, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-30	56-63
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-67
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-67
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-91
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-45
Итого за Обед (2 смена)			111-00
Итого за день			222-00
		Калорийность-1 636, Белки-47, Жиры-81, Углеводы-155	

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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	8-80
210/105	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-693, Белки-24, Жиры-53, Углеводы-29	90-47
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-05
37	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-73, Белки-3, Углеводы-15	3-68
Итого за Завтрак (1 смена)			111-00
Итого за день			111-00

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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	8-80
180/90	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-54
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	7-24
21	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-42
Итого за Завтрак (1 смена)			96-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
45	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-10, Углеводы-2	6-61
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-85
80	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-24	45-30
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	4-83
200	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	14-20
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-91
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-30
Итого за Обед (2 смена)			96-00
Итого за день			192-00
			Калорийность-1 467, Белки-42, Жиры-72, Углеводы-146

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	зн. 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	7-97		
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-48		
210/105	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-693, Белки-24, Жиры-53, Углеводы-29	90-47		
180	Компот из клубники бпл	Калорийность-26, Углеводы-7	5-33		
17,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-99		
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00		
Итого за Комплекс		Калорийность-979, Белки-29, Жиры-62, Углеводы-73	121-24		
<u>Полдник</u>					
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42		
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-15		
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-30		
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	40-00		
Итого за Полдник		Калорийность-276, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-36	68-87		
Итого за день		Калорийность-1 255, Белки-40, Жиры-72, Углеводы-109	190-11		
Директор	Потеряева Л.В.	Шеф-повар	Шаланова Е.Е.	Калькулятор	Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 1-4 классы от 12 лет Чапл.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	13-29
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-85
240/120	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-792, Белки-28, Жиры-61, Углеводы-33	103-39
180	Компот из клубники бпл	Калорийность-26, Углеводы-7	5-32
19,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-24
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-1 157, Белки-35, Жиры-74, Углеводы-86	143-09
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-15
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-45
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	40-00
Итого за Полдник		Калорийность-299, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-41	70-02
Итого за день		Калорийность-1 456, Белки-46, Жиры-84, Углеводы-127	213-11
Директор	Потеряева Л.В.	Шеф-повар <u>Шаланова Е.Е.</u>	Калькулятор <u>Брованова Н.В.</u>



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	Икра свекольная бпл пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-97
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-48
160/80	Жаркое со свининой бпл пф	Калорийность-528, Белки-19, Жиры-41, Углеводы-22	68-93
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-91
23,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-69
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-831, Белки-25, Жиры-50, Углеводы-69	100-98
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-15
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-45
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	40-00
Итого за Полдник		Калорийность-299, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-41	70-02
Итого за день		Калорийность-1130, Белки-36, Жиры-60, Углеводы-110	171-00

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)
<u>Комплекс</u>			
100	Икра свекольная бпл пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-29
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-85
200/100	Жаркое со свининой бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	86-16
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-91
19	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-17
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс			126-38
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-15
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-45
235	Апельсин бпл	Калорийность-89, Белки-2, Углеводы-19	37-60
Итого за Полдник			67-62
Итого за день			194-00
			Калорийность-1 319, Белки-40, Жиры-73, Углеводы-120

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

