

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	8-78
180/90	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-52
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-08
25	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-88
Итого за Завтрак (1 смена)			97-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	8-86
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-10
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	50-93
30	Соус сметанный бпл	Калорийность-28, Жиры-2, Углеводы-1	5-80
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-66
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-58
20,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-33
Итого за Обед (2 смена)			97-26
Итого за день			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)

60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	8-78
210/105	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-693, Белки-24, Жиры-53, Углеводы-29	90-44
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-08
32	Батон нарезной бпл	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	3-70
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-814, Белки-27, Жиры-53, Углеводы-55	111-00

Обед (2 смена)

100	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	14-77
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-37
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	50-93
40	Соус сметанный бпл	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1	7-74
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	12-80
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-58
24,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-81
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-830, Белки-20, Жиры-27, Углеводы-105	111-00

Итого за день Калорийность-1 644, Белки-47, Жиры-80, 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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	8-78
180/90	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-52
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	7-27
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-43
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-689, Белки-24, Жиры-46, Углеводы-45	96-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-6, Углеводы-1	4-43
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-37
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	50-93
20	Соус сметанный бпл	Калорийность-19, Жиры-2, Углеводы-1	3-87
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	12-80
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-58
17,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	2-02
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-780, Белки-17, Жиры-26, Углеводы-99	96-00
Итого за день		Калорийность-1469, Белки-41, Жиры-72, Углеводы-144	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)
Комплекс			
60	Икра свекольная бпл пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-87
220	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-15	14-41
210/105	Жаркое со свининой бпл пф	Калорийность-693, Белки-24, Жиры-53, Углеводы-29	90-44
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-58
26	Батон нарезной бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-98
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-1 011, Белки-30, Жиры-63, Углеводы-79	123-28
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-14
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-44
230	Апельсин бпл	Калорийность-87, Белки-2, Углеводы-19	36-83
Итого за Полдник		Калорийность-291, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-40	66-83
Итого за день		Калорийность-1 302, Белки-41, Жиры-72, Углеводы-119	190-11

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	13-12
270	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-144, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-18	17-68
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	86-13
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-58
23	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-66
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-1 046, Белки-31, Жиры-65, Углеводы-83	127-17
<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	1-14
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-44
230	Апельсин бпл	Калорийность-87, Белки-2, Углеводы-19	36-83
Итого за Полдник		Калорийность-291, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-40	66-83
Итого за день		Калорийность-1 337, Белки-42, Жиры-74, Углеводы-123	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)
--------------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак (1 смена)

60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	8-78
190/95	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-48, Углеводы-26	81-86
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-04
31	Батон нарезной бпл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	3-58
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-746, Белки-25, Жиры-48, Углеводы-51	102-26

Обед (2 смена)

60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	8-75
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-10
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	50-95
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-68
170	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-212, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	12-09
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-54
19	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-15
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-778, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-95	102-26

Итого за день Калорийность-1 524, Белки-44, Жиры-75, Углеводы-146 **204-52**

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	8-78
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	94-78
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-04
38,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	4-40
Итого за Завтрак (1 смена)			116-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	8-75
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-38
110	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-399, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-33	62-28
50	Соус сметанный бпл	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-68
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-66
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-54
23,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-71
Итого за Обед (2 смена)			116-00
Итого за день			232-00



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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	8-78
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	94-78
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-04
44	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	4-40
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-859, Белки-30, Жиры-57, Углеводы-59	116-00
Итого за день		Калорийность-859, Белки-30, Жиры-57, Углеводы-59	116-00

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	8-78
180/90	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-594, Белки-21, Жиры-46, Углеводы-25	77-55
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	7-24
21	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-43
Итого за Завтрак (1 смена)			96-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-6, Углеводы-1	4-37
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-38
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	50-95
20	Соус сметанный бпл	Калорийность-19, Жиры-2, Углеводы-1	3-87
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	12-80
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-54
18	Батон нарезной бпл	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	2-09
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 Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Комплекс			
60	Икра свекольная бпл пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-87
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-10
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	94-78
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-54
16	Батон нарезной бпл	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8	1-83
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-1 011, Белки-31, Жиры-65, Углеводы-74	125-12
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-13
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-44
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	40-00
Итого за Полдник		Калорийность-299, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-41	69-99
Итого за день		Калорийность-1 310, Белки-42, Жиры-75, Углеводы-115	195-11



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

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)
Комплекс			
100	Икра свекольная бпл пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-11
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-38
250/125	Жаркое со свининой бпл пф	Калорийность-825, Белки-29, Жиры-63, Углеводы-35	107-71
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-54
29,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-38
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-1 216, Белки-36, Жиры-76, Углеводы-93	148-12
Полдник			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-13
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-44
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	40-00
Итого за Полдник		Калорийность-299, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-41	69-99
Итого за день		Калорийность-1 515, Белки-47, Жиры-86, Углеводы-134	218-11



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	13-11
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-38
200/100	Жаркое со свининой бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	86-17
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-54
28	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-21
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-1 047, Белки-30, Жиры-64, Углеводы-85	126-41
<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	1-13
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-44
235	Апельсин бпл	Калорийность-89, Белки-2, Углеводы-19	37-60
Итого за Полдник		Калорийность-293, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-40	67-59
Итого за день		Калорийность-1 340, Белки-41, Жиры-73, Углеводы-125	194-00



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.