

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
40	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-9, Углеводы-2	5-91
85	Котлета из говядины бпл	Калорийность-251, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-14	71-43
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	12-80
200	Чай с молоком и сахаром бпл	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	4-72
21	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-40
Итого за Завтрак (1 смена)			97-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	8-78
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-02
155	Курица тушеная с морковью бпл пф	Калорийность-196, Белки-22, Жиры-9, Углеводы-7	56-64
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-14
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-84
24,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-84
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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	8-86
85	Котлета из говядины бпл	Калорийность-251, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-14	71-43
30	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-2	11-60
170	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-212, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	12-09
200	Чай с молоком и сахаром бпл	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	4-72
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-30
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-630, Белки-27, Жиры-27, Углеводы-72	111-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	14-63
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-02
175	Курица тушеная с морковью бпл пф	Калорийность-221, Белки-25, Жиры-10, Углеводы-8	63-95
200	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	14-60
180	Компот из кураги бпл	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-14	4-36
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-44
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-713, Белки-43, Жиры-20, Углеводы-105	111-00
Итого за день		Калорийность-1 343, Белки-70, Жиры-47, Углеводы-177	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>			
30	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-6, Углеводы-1	4-43
85	Котлета из говядины бпл	Калорийность-251, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-14	71-43
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	12-80
200	Чай с молоком и сахаром бпл	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	4-72
23	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-62
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-587, Белки-25, Жиры-22, Углеводы-72	96-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	8-78
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-02
150	Курица тушеная с морковью бпл пф	Калорийность-190, Белки-21, Жиры-9, Углеводы-7	54-81
200	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	14-60
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-84
17	Батон нарезной бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-95
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-666, Белки-38, Жиры-19, Углеводы-101	96-00
Итого за день		Калорийность-1 253, Белки-63, Жиры-41, Углеводы-173	192-00



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 морковная бпл пф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	7-87
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	8-82
85	Котлета из говядины бпл	Калорийность-251, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-14	71-43
50	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-93, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-3	19-36
160	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38	11-68
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-84
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-45
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-99
Итого за Комплекс		Калорийность-853, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-111	128-44
<u>Полдник</u>			
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	40-07
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	21-60
Итого за Полдник		Калорийность-345, Белки-5, Углеводы-81	61-67
Итого за день		Калорийность-1198, Белки-38, Жиры-36, Углеводы-192	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 морковная бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-12
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-02
85	Котлета из говядины бпл	Калорийность-251, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-14	71-43
35	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2	13-55
190	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-296, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-46	13-87
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-84
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-51
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-99
Итого за Комплекс		Калорийность-926, Белки-36, Жиры-38, Углеводы-126	132-33
<u>Полдник</u>			
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	40-07
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	21-60
Итого за Полдник		Калорийность-345, Белки-5, Углеводы-81	61-67
Итого за день		Калорийность-1 271, Белки-41, Жиры-38, Углеводы-207	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>			
35	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-7, Углеводы-1	5-10
90	Котлета из говядины бпл	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	75-62
190	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-237, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-39	13-51
200	Чай с молоком и сахаром бпл	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	4-70
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-33
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-629, Белки-26, Жиры-24, Углеводы-78	102-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	14-64
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл нф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-02
150	Курица тушеная с морковью бпл нф	Калорийность-190, Белки-21, Жиры-9, Углеводы-7	54-82
190	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-296, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-46	13-88
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-75
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-15
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-687, Белки-38, Жиры-19, Углеводы-107	102-26
Итого за день		Калорийность-1316, Белки-64, Жиры-43, Углеводы-185	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	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	8-74
90	Котлета из говядины бпл	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	75-61
25	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-68
200	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	14-22
200	Чай с молоком и сахаром бпл	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	4-70
26,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-05
Итого за Завтрак (1 смена)			116-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	14-64
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-02
190	Курица тушеная с морковью бпл пф	Калорийность-240, Белки-27, Жиры-11, Углеводы-8	69-41
190	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-296, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-46	13-88
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-75
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-30
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	Кукуруза сахарная бпл	Калорийность-31, Белки-1, Углеводы-6	21-85
130	Котлета из курицы с растительным маслом бпл	Калорийность-208, Белки-24, Жиры-5, Углеводы-16	48-68
150	Каша перловая рассыпчатая с растительным маслом бпл	Калорийность-203, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	3-23
200	Чай с клюквой и сахаром бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-92
250	Яблоко бпл	Калорийность-111, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-25	33-72
16	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-32, Белки-1, Углеводы-6	1-60
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-614, Белки-31, Жиры-13, Углеводы-90	116-00
Итого за день		Калорийность-614, Белки-31, Жиры-13, Углеводы-90	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	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	8-74
75	Котлета из говядины бпл	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-12	63-01
220	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-274, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-45	15-64
200	Чай с молоком и сахаром бпл	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	4-70
34	Батон нарезной бпл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	3-91
Итого за Завтрак (1 смена)			96-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	14-64
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл нф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-02
135	Курица тушеная с морковью бпл нф	Калорийность-171, Белки-19, Жиры-8, Углеводы-6	49-33
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-15
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-75
27	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-11
Итого за Обед (2 смена)			96-00
Итого за день			192-00
Калорийность-1 288, Белки-62, Жиры-40, Углеводы-187			



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 морковная бпл пф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	7-87
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	8-82
90	Котлета из говядины бпл	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	75-61
50	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-93, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-3	19-37
170	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	12-42
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-75
23,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-68
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-888, Белки-33, Жиры-37, Углеводы-116	133-52
<u>Полдник</u>			
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	39-99
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	21-60
Итого за Полдник		Калорийность-345, Белки-5, Углеводы-81	61-59
Итого за день		Калорийность-1 233, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-197	195-11



Директор

Богоярева 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 морковная бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-12
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-02
90	Котлета из говядины бпл	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	75-61
50	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-93, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-3	19-37
220	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-343, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-53	16-07
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-75
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-1 034, Белки-38, Жиры-42, Углеводы-139	145-32
<u>Полдник</u>			
320	Банан бпл	Калорийность-306, Белки-5, Углеводы-72	51-19
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	21-60
Итого за Полдник		Калорийность-412, Белки-6, Углеводы-97	72-79
Итого за день		Калорийность-1 446, Белки-44, Жиры-42, Углеводы-236	218-11



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	Икра морковная бпл пф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	7-87
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	8-82
90	Котлета из говядины бпл	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	75-61
25	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-68
150	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-96
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-75
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-30
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-802, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-108	121-99
<u>Полдник</u>			
185	Банан бпл	Калорийность-177, Белки-3, Углеводы-41	29-57
180	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-23	19-44
Итого за Полдник		Калорийность-272, Белки-4, Углеводы-64	49-01
Итого за день		Калорийность-1 074, Белки-36, Жиры-32, Углеводы-172	171-00



Директор

Тетеряева 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 морковная бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-12
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-02
90	Котлета из говядины бпл	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	75-61
25	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	9-68
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-15
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-75
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-30
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс			Калорийность-902, Белки-36, Жиры-37, Углеводы-123 131-63
<u>Полдник</u>			
255	Банан бпл	Калорийность-244, Белки-4, Углеводы-57	40-77
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	21-60
Итого за Полдник			Калорийность-350, Белки-5, Углеводы-82 62-37
Итого за день			Калорийность-1 252, Белки-41, Жиры-37, Углеводы-205 194-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

