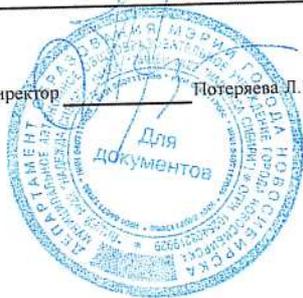


1-4 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
25	Горошек зеленый бпл	Калорийность-9, Белки-1, Углеводы-1	9-20
90	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-188, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-2	61-67
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-49
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
21	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-55
Итого за Завтрак (1 смена)			91-40
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	16-95
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-87
75	Тефтели из говядины и свинины с рисом бпл пф	Калорийность-201, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-6	29-55
25	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	10-08
150	Рис отварной бпл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	12-76
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
18,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-25
Итого за Обед (2 смена)			91-40
Итого за день			182-80

Директор _____ Потеряева Л.В.



Шеф-повар _____

Котомчина Т.А.

Калькулятор _____

Бронова Н.В.

Многодетные, СВО 1-11 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>			
25	Горошек зеленый бпл	<i>Калорийность-9, Белки-1, Углеводы-1</i>	9-20
110	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	<i>Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3</i>	75-37
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	<i>Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43</i>	14-49
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	<i>Калорийность-28, Углеводы-7</i>	3-49
20	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10</i>	2-45
Итого за Завтрак (1 смена)			105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	<i>Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2</i>	16-95
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	<i>Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17</i>	17-34
75	Тефтели из говядины и свинины с рисом бпл пф	<i>Калорийность-201, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-6</i>	29-55
40	Соус сметанный натуральный бпл	<i>Калорийность-74, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-3</i>	16-14
180	Рис отварной бпл	<i>Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44</i>	15-31
200	Компот из клубники бпл	<i>Калорийность-29, Углеводы-7</i>	5-94
31	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15</i>	3-77
Итого за Обед (2 смена)			105-00
Итого за день			210-00
		<i>Калорийность-1 361, Белки-50, Жиры-59, Углеводы-158</i>	

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	13-87
125	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-262, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-3	85-65
150	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	12-08
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
19	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-30
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-788, Белки-32, Жиры-34, Углеводы-83	130-07
<u>Полдник</u>			
230	Банан бпл	Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52	41-40
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-60
Итого за Полдник		Калорийность-354, Белки-4, Углеводы-85	66-00
Итого за день		Калорийность-1142, Белки-36, Жиры-34, Углеводы-168	196-07

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	17-34
130	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-272, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-3	89-08
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-49
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-36
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-939, Белки-37, Жиры-41, Углеводы-103	145-80
<u>Полдник</u>			
260	Банан бпл	Калорийность-249, Белки-4, Углеводы-58	46-80
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-60
Итого за Полдник		Калорийность-383, Белки-5, Углеводы-91	71-40
Итого за день		Калорийность-1322, Белки-42, Жиры-41, Углеводы-194	217-20

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>			
25	Горошек зеленый бпл	Калорийность-9, Белки-1, Углеводы-1	9-20
90	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-188, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-2	61-67
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-49
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
21	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-55
Итого за Завтрак (1 смена)			91-40
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	16-95
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-87
75	Тефтели из говядины и свинины с рисом бпл пф	Калорийность-201, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-6	29-55
25	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	10-08
150	Рис отварной бпл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	12-76
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
18,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-25
Итого за Обед (2 смена)			91-40
Итого за день			182-80
Калорийность-1 200, Белки-46, Жиры-51, Углеводы-138			

Директор

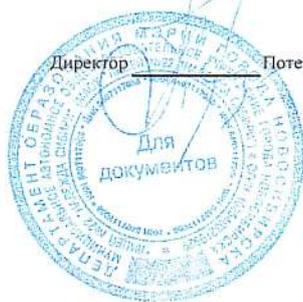
Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



Многодетные, СВО 1-11 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>			
25	Горошек зеленый бпл	Калорийность-9, Белки-1, Углеводы-1	9-20
110	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	75-37
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-49
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-45
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-594, Белки-30, Жиры-25, Углеводы-64	105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	16-95
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-34
75	Тефтели из говядины и свинины с рисом бпл пф	Калорийность-201, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-6	29-55
40	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-3	16-14
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	15-31
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
31	Батон нарезной бпл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	3-77
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-767, Белки-20, Жиры-34, Углеводы-94	105-00
Итого за день		Калорийность-1 361, Белки-50, Жиры-59, Углеводы-158	210-00

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)
<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	13-87
125	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-262, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-3	85-65
150	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	12-08
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
19	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-30
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-788, Белки-32, Жиры-34, Углеводы-83	130-07
<u>Полдник</u>			
230	Банан бпл	Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52	41-40
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-60
Итого за Полдник		Калорийность-354, Белки-4, Углеводы-85	66-00
Итого за день		Калорийность-1142, Белки-36, Жиры-34, Углеводы-168	196-07

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шш Шаланова Е.Е.

Калькулятор НВ 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	13-39
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-34
135	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-283, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-3	92-51
200	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	16-11
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
23,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-88
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-972, Белки-38, Жиры-42, Углеводы-106	150-37
<u>Полдник</u>			
260	Банан бпл	Калорийность-249, Белки-4, Углеводы-58	46-80
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-60
Итого за Полдник		Калорийность-383, Белки-5, Углеводы-91	71-40
Итого за день		Калорийность-1 355, Белки-43, Жиры-42, Углеводы-197	221-77

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 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	13-87
120	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	82-22
150	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	12-08
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
29,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-62
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-802, Белки-32, Жиры-34, Углеводы-89	127-96
<u>Полдник</u>			
230	Банан бпл	Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52	41-40
180	Сок персиковый бпл	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	22-14
Итого за Полдник		Калорийность-341, Белки-4, Углеводы-82	63-54
Итого за день		Калорийность-1 143, Белки-36, Жиры-34, Углеводы-171	191-50

Директор

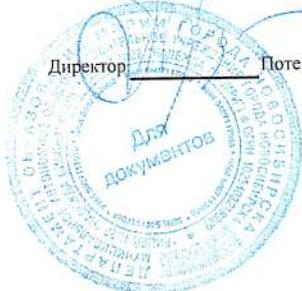
Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

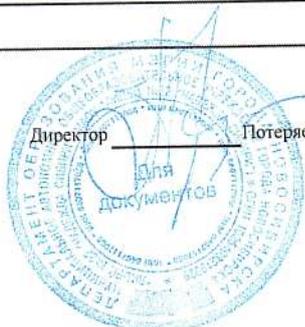
Калькулятор

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	13-39
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-34
130	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-272, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-3	89-08
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-49
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-94
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-36
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-939, Белки-37, Жиры-41, Углеводы-103	145-80
<u>Полдник</u>			
260	Банан бпл	Калорийность-249, Белки-4, Углеводы-58	46-80
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-60
Итого за Полдник		Калорийность-383, Белки-5, Углеводы-91	71-40
Итого за день		Калорийность-1322, Белки-42, Жиры-41, Углеводы-194	217-20



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е. Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

Брованова Н.В.