

**1-4 классы Сов.63**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
20	<b>Помидор в нарезке бпл</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	5-65
110	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-187, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-7	57-94
150	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	21-26
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
50	<b>Булочка с маком бпл</b>	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	2-58
21	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-54
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>91-40</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Горошек зеленый бпл</b>	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	22-08
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	9-46
100	<b>Курица тушеная с морковью бпл пф</b>	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	34-55
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая бпл</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	12-08
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	10-86
19,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-37
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>91-40</b>
<b>Итого за день</b>			<b>182-80</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова 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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
20	<b>Помидор в нарезке бпл</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	5-65
130	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9	68-48
170	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-158, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22	24-09
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
50	<b>Булочка с маком бпл</b>	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	2-58
22,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-77
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>105-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Горошек зеленый бпл</b>	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	22-08
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
125	<b>Курица тушеная с морковью бпл пф</b>	Калорийность-158, Белки-18, Жиры-7, Углеводы-6	43-18
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая бпл</b>	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-50
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	10-86
21	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-55
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>210-00</b>
		Калорийность-1 182, Белки-58, Жиры-38, Углеводы-165	



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)
<b><u>Комплекс</u></b>			
60	<b>Икра морковная бпл пф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-03
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	9-46
165	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-280, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-11	86-91
150	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	21-26
180	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-26, Углеводы-6	9-78
26	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	3-19
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс</b>			<b>140-83</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
200	<b>Чай с лимоном и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
30	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-67
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-50
<b>Итого за Полдник</b>			<b>55-24</b>
<b>Итого за день</b>			<b>196-07</b>

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)
<b><u>Комплекс</u></b>			
100	<b>Икра морковная бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-39
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
180	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-305, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-12	94-82
180	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	25-51
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	10-86
27,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-35
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-762, Белки-32, Жиры-35, Углеводы-94	<b>161-96</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
200	<b>Чай с лимоном и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
30	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-67
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-50
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-272, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-37	<b>55-24</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 034, Белки-42, Жиры-45, Углеводы-131	<b>217-20</b>



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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
20	<b>Помидор в нарезке бпл</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	5-65
110	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-187, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-7	57-94
150	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	21-26
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
50	<b>Булочка с маком бпл</b>	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	2-58
21	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-54
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>91-40</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Горошек зеленый бпл</b>	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	22-08
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	9-46
100	<b>Курица тушеная с морковью бпл пф</b>	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	34-55
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая бпл</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	12-08
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	10-86
19,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-37
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>91-40</b>
<b>Итого за день</b>			<b>182-80</b>
Калорийность-1 033, Белки-49, Жиры-32, Углеводы-147			



Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Е.Е. Шаланова Е.Е.

Калькулятор Н.В. 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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
20	<b>Помидор в нарезке бпл</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	5-65
130	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9	68-48
170	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-158, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22	24-09
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
50	<b>Булочка с маком бпл</b>	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	2-58
22,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-77
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>105-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Горошек зеленый бпл</b>	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	22-08
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
125	<b>Курица тушеная с морковью бпл пф</b>	Калорийность-158, Белки-18, Жиры-7, Углеводы-6	43-18
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая бпл</b>	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-50
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	10-86
21	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-55
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>210-00</b>
Калорийность-1 182, Белки-58, Жиры-38, Углеводы-165			

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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
40	<b>Помидор в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-9, Углеводы-2</i>	<b>11-30</b>
100	<b>Котлета из курицы с растительным маслом бпл</b>	<i>Калорийность-160, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13</i>	<b>34-54</b>
180	<b>Картофельное пюре на воде бпл пф</b>	<i>Калорийность-333, Белки-3, Жиры-24, Углеводы-25</i>	<b>19-53</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	<i>Калорийность-27, Углеводы-6</i>	<b>1-43</b>
200	<b>Банан бпл</b>	<i>Калорийность-191, Белки-3, Углеводы-45</i>	<b>36-00</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	<b>2-20</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		<i>Калорийность-760, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-99</i>	<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>		<i>Калорийность-760, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-99</i>	<b>105-00</b>

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)
<b><u>Комплекс</u></b>			
60	<b>Икра морковная бпл пф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-03
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	9-46
165	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-280, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-11	86-92
150	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	21-26
180	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-26, Углеводы-6	9-78
26	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	3-18
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-647, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-79	<b>140-83</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
200	<b>Чай с лимоном и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
30	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-67
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-50
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-272, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-37	<b>55-24</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-919, Белки-37, Жиры-39, Углеводы-116	<b>196-07</b>

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)
<b><u>Комплекс</u></b>			
100	<b>Икра морковная бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-39
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
180	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-305, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-12	94-82
200	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	28-35
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	10-86
41,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21	5-08
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-813, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-103	<b>166-53</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
200	<b>Чай с лимоном и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
30	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-67
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-50
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-272, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-37	<b>55-24</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 085, Белки-43, Жиры-46, Углеводы-140	<b>221-77</b>

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)
<b><u>Комплекс</u></b>			
60	<b>Икра морковная бпл пф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	<b>8-03</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	<b>9-46</b>
155	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-263, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-10	<b>81-65</b>
150	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	<b>21-26</b>
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>10-86</b>
23	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-80</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-626, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-77	<b>136-26</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	<b>25-58</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>3-49</b>
30	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>3-67</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>22-50</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-272, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-37	<b>55-24</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-898, Белки-36, Жиры-38, Углеводы-114	<b>191-50</b>

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)
<b><u>Комплекс</u></b>			
100	<b>Икра морковная бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	<b>13-39</b>
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	<b>11-83</b>
180	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-305, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-12	<b>94-82</b>
180	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	<b>25-51</b>
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>10-86</b>
27,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	<b>3-35</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-762, Белки-32, Жиры-35, Углеводы-94	<b>161-96</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	<b>25-58</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>3-49</b>
30	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>3-67</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>22-50</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-272, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-37	<b>55-24</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 034, Белки-42, Жиры-45, Углеводы-131	<b>217-20</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

