

# 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>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
310	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-423, Белки-29, Жиры-12, Углеводы-51	61-75
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
21,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-64
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>91-40</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	Калорийность-8, Углеводы-2	13-56
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	12-58
75/50	<b>Гуляш из свинины бпл пф</b>	Калорийность-400, Белки-15, Жиры-36, Углеводы-4	45-42
150	<b>Макаронны отварные бпл</b>	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	10-69
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-51
30	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-64
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>91-40</b>
<b>Итого за день</b>			<b>182-80</b>
Калорийность-1 413, Белки-62, Жиры-68, Углеводы-139			

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



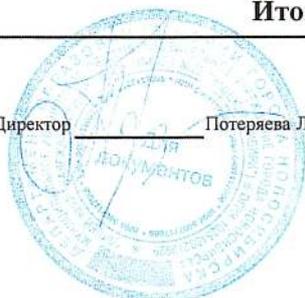
## Многодетные, СВО 1-11 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
30	<i>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</i>	<i>Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9</i>	<b>25-58</b>
375	<i>Плов с курицей бпл пф</i>	<i>Калорийность-512, Белки-35, Жиры-14, Углеводы-62</i>	<b>74-70</b>
200	<i>Чай с сахаром бпл</i>	<i>Калорийность-27, Углеводы-6</i>	<b>1-43</b>
27	<i>Батон нарезной бпл</i>	<i>Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13</i>	<b>3-29</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>105-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<i>Огурец в нарезке бпл</i>	<i>Калорийность-8, Углеводы-2</i>	<b>13-56</b>
250	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</i>	<i>Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12</i>	<b>15-73</b>
90/60	<i>Гуляш из свинины бпл пф</i>	<i>Калорийность-480, Белки-18, Жиры-43, Углеводы-5</i>	<b>54-51</b>
180	<i>Макаронны отварные бпл</i>	<i>Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39</i>	<b>12-83</b>
200	<i>Компот из облепихи бпл</i>	<i>Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7</i>	<b>5-51</b>
23,5	<i>Батон нарезной бпл</i>	<i>Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12</i>	<b>2-86</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>210-00</b>
		<i>Калорийность-1 641, Белки-72, Жиры-79, Углеводы-158</i>	

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Котомчина Т.А.

Калькулятор \_\_\_\_\_ Брованова Н.В.



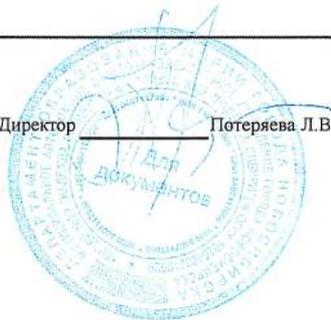
## ОВЗ и инв. 1-4 классы 7-11 лет Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Комплекс</b>			
60	<b>Салат из моркови с яблоками бпл пф</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	7-27
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	15-73
345	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-471, Белки-32, Жиры-13, Углеводы-57	68-70
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-51
20	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-45
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-784, Белки-38, Жиры-26, Углеводы-98	<b>101-86</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	22-66
30	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-67
235	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-89, Белки-2, Углеводы-19	42-30
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-399, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-56	<b>94-21</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1183, Белки-52, Жиры-38, Углеводы-154	<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>Салат из моркови с яблоками бпл пф</b>	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	12-12
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	15-73
375	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-512, Белки-35, Жиры-14, Углеводы-62	74-69
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-51
24,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-98
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-887, Белки-41, Жиры-31, Углеводы-108	<b>113-23</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	22-66
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-90
235	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-89, Белки-2, Углеводы-19	42-30
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-459, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-61	<b>103-97</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1346, Белки-58, Жиры-46, Углеводы-169	<b>217-20</b>

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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9</i>	<b>25-58</b>
310	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	<i>Калорийность-423, Белки-29, Жиры-12, Углеводы-51</i>	<b>61-75</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	<i>Калорийность-27, Углеводы-6</i>	<b>1-43</b>
21,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	<i>Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11</i>	<b>2-64</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>91-40</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-8, Углеводы-2</i>	<b>13-56</b>
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	<i>Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10</i>	<b>12-58</b>
75/50	<b>Гуляш из свинины бпл пф</b>	<i>Калорийность-400, Белки-15, Жиры-36, Углеводы-4</i>	<b>45-42</b>
150	<b>Макароны отварные бпл</b>	<i>Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33</i>	<b>10-69</b>
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	<i>Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7</i>	<b>5-51</b>
30	<b>Батон нарезной бпл</b>	<i>Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15</i>	<b>3-64</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>91-40</b>
<b>Итого за день</b>			<b>182-80</b>
<i>Калорийность-1 413, Белки-62, Жиры-68, Углеводы-139</i>			

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>			
30	<b>Перец болгарский в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-8, Углеводы-1</i>	<b>10-17</b>
90	<b>Курица отварная бпл пф</b>	<i>Калорийность-139, Белки-29, Жиры-2, Углеводы-1</i>	<b>61-55</b>
180	<b>Рис отварной с растительным маслом бпл</b>	<i>Калорийность-261, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-44</i>	<b>7-06</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	<i>Калорийность-27, Углеводы-6</i>	<b>1-43</b>
21	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	<i>Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-8</i>	<b>2-29</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	<i>Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15</i>	<b>22-50</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>105-00</b>

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шшш Шаланова Е.Е.

Калькулятор ММ 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>Салат из моркови с яблоками бпл пф</b>	<i>Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4</i>	<b>7-27</b>
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	<i>Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12</i>	<b>15-73</b>
345	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	<i>Калорийность-471, Белки-32, Жиры-13, Углеводы-57</i>	<b>68-70</b>
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	<i>Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7</i>	<b>5-51</b>
20	<b>Батон нарезной бпл</b>	<i>Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10</i>	<b>2-45</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		<i>Калорийность-784, Белки-38, Жиры-26, Углеводы-98</i>	<b>101-86</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9</i>	<b>25-58</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	<i>Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22</i>	<b>22-66</b>
30	<b>Батон нарезной бпл</b>	<i>Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15</i>	<b>3-67</b>
235	<b>Апельсин бпл</b>	<i>Калорийность-89, Белки-2, Углеводы-19</i>	<b>42-30</b>
<b>Итого за Полдник</b>		<i>Калорийность-399, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-56</i>	<b>94-21</b>
<b>Итого за день</b>		<i>Калорийность-1 183, Белки-52, Жиры-38, Углеводы-154</i>	<b>196-07</b>

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е. Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В. 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>Комплекс</b>			
60	<b>Салат из моркови с яблоками бпл пф</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	7-27
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	12-58
345	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-471, Белки-32, Жиры-13, Углеводы-57	68-72
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-51
27	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-27
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-777, Белки-38, Жиры-25, Углеводы-99	<b>99-55</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
180	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	20-40
30	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-67
235	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-89, Белки-2, Углеводы-19	42-30
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-386, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-54	<b>91-95</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1163, Белки-52, Жиры-37, Углеводы-153	<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>Салат из моркови с яблоками бпл пф</b>	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	12-12
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	15-73
375	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-512, Белки-35, Жиры-14, Углеводы-62	74-69
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-51
24,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-98
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-887, Белки-41, Жиры-31, Углеводы-108	<b>113-23</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	22-66
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-90
235	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-89, Белки-2, Углеводы-19	42-30
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-459, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-61	<b>103-97</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 346, Белки-58, Жиры-46, Углеводы-169	<b>217-20</b>

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Шаланова Е.Е.

Калькулятор \_\_\_\_\_ Брованова Н.В.

