



## 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>			
60	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-8, Углеводы-2</i>	<b>13-56</b>
45	<b>Котлета рыбная (кета) бпл</b>	<i>Калорийность-74, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-4</i>	<b>51-41</b>
180	<b>Макароньы отварные с сыром бпл</b>	<i>Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34</i>	<b>23-57</b>
200	<b>Напиток из шиповника бпл</b>	<i>Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15</i>	<b>6-69</b>
21	<b>Батон нарезной бпл</b>	<i>Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10</i>	<b>2-56</b>
100	<b>Крендель сахарный бпл</b>	<i>Калорийность-334, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-50</i>	<b>7-21</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>105-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Перец болгарский в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3</i>	<b>20-34</b>
250	<b>Суп гороховый бпл пф</b>	<i>Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20</i>	<b>9-75</b>
135	<b>Голень цыплят бройлеров запечённая бпл</b>	<i>Калорийность-355, Белки-28, Жиры-27</i>	<b>46-40</b>
220	<b>Каша перловая рассыпчатая бпл</b>	<i>Калорийность-274, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-45</i>	<b>16-32</b>
200	<b>Компот из кураги бпл</b>	<i>Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16</i>	<b>7-44</b>
39	<b>Батон нарезной бпл</b>	<i>Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19</i>	<b>4-75</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>210-00</b>
		<i>Калорийность-1 727, Белки-71, Жиры-63, Углеводы-218</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><u>Комплекс</u></b>			
60	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф</b>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	<b>13-98</b>
200	<b>Суп гороховый бпл пф</b>	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	<b>7-80</b>
135	<b>Голень цыплят бройлеров запечённая бпл</b>	Калорийность-355, Белки-28, Жиры-27	<b>46-40</b>
150	<b>Макароны отварные с сыром бпл</b>	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	<b>19-64</b>
180	<b>Компот из кураги бпл</b>	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-14	<b>6-69</b>
21,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-61</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-869, Белки-45, Жиры-41, Углеводы-80	<b>99-32</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
150	<b>Сырники бпл</b>	Калорийность-319, Белки-29, Жиры-9, Углеводы-31	<b>72-14</b>
50	<b>Молоко сгущенное с сахаром бпл</b>	Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	<b>18-59</b>
180	<b>Напиток из шиповника бпл</b>	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	<b>6-02</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-542, Белки-34, Жиры-13, Углеводы-73	<b>96-75</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 411, Белки-79, Жиры-54, Углеводы-153	<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 свежих помидоров и огурцов бпл пф</b>	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	23-30
250	<b>Суп гороховый бпл пф</b>	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-75
135	<b>Голень цыплят бройлеров запечённая бпл</b>	Калорийность-355, Белки-28, Жиры-27	46-40
220	<b>Макаронные отварные с сыром бпл</b>	Калорийность-305, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-42	28-81
200	<b>Компот из кураги бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-44
21	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-55
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-1 025, Белки-50, Жиры-47, Углеводы-99	<b>120-45</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
150	<b>Сырники бпл</b>	Калорийность-319, Белки-29, Жиры-9, Углеводы-31	72-14
50	<b>Молоко сгущенное с сахаром бпл</b>	Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	18-59
180	<b>Напиток из шиповника бпл</b>	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-02
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-542, Белки-34, Жиры-13, Углеводы-73	<b>96-75</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 567, Белки-84, Жиры-60, Углеводы-172	<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	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
20	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	4-52
45	<b>Котлета рыбная (кета) бпл</b>	Калорийность-74, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-4	51-41
180	<b>Макароны отварные с сыром бпл</b>	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-57
200	<b>Напиток из шиповника бпл</b>	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
42,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	5-21
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>91-40</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
45	<b>Перец болгарский в нарезке бпл</b>	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2	15-25
200	<b>Суп гороховый бпл пф</b>	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-80
135	<b>Голень цыплят бройлеров запечённая бпл</b>	Калорийность-355, Белки-28, Жиры-27	46-40
160	<b>Каша перловая рассыпчатая бпл</b>	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-33	11-87
200	<b>Компот из кураги бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-44
21,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-64
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>91-40</b>
<b>Итого за день</b>			<b>182-80</b>
Калорийность-1 294, Белки-62, Жиры-48, Углеводы-153			

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>			
45	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-6, Углеводы-1</i>	<b>10-17</b>
70	<b>Рыба тушеная в томате с овощами (кета) бпл пф</b>	<i>Калорийность-134, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-4</i>	<b>80-45</b>
180	<b>Макаронны отварные с растительным маслом бпл</b>	<i>Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39</i>	<b>4-24</b>
200	<b>Напиток из шиповника бпл</b>	<i>Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15</i>	<b>6-69</b>
31,5	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	<i>Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13</i>	<b>3-45</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		<i>Калорийность-504, Белки-20, Жиры-14, Углеводы-72</i>	<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>		<i>Калорийность-504, Белки-20, Жиры-14, Углеводы-72</i>	<b>105-00</b>

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е. Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В. 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 свежих помидоров и огурцов бпл пф</b>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	13-98
200	<b>Суп гороховый бпл пф</b>	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-80
135	<b>Голень цыплят бройлеров запечённая бпл</b>	Калорийность-355, Белки-28, Жиры-27	46-40
150	<b>Макаронны отварные с сыром бпл</b>	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	19-64
180	<b>Компот из кураги бпл</b>	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-14	6-69
21,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-61
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-869, Белки-45, Жиры-41, Углеводы-80	<b>99-32</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
150	<b>Сырники бпл</b>	Калорийность-319, Белки-29, Жиры-9, Углеводы-31	72-14
50	<b>Молоко сгущенное с сахаром бпл</b>	Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	18-59
180	<b>Напиток из шиповника бпл</b>	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-02
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-542, Белки-34, Жиры-13, Углеводы-73	<b>96-75</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1411, Белки-79, Жиры-54, Углеводы-153	<b>196-07</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>Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф</b>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	<b>13-98</b>
200	<b>Суп гороховый бпл пф</b>	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	<b>7-80</b>
135	<b>Голень цыплят бройлеров запечённая бпл</b>	Калорийность-355, Белки-28, Жиры-27	<b>46-40</b>
150	<b>Макароны отварные с сыром бпл</b>	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	<b>19-64</b>
200	<b>Компот из кураги бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	<b>7-44</b>
33	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	<b>4-06</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-901, Белки-46, Жиры-41, Углеводы-87	<b>101-52</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
150	<b>Сырники бпл</b>	Калорийность-319, Белки-29, Жиры-9, Углеводы-31	<b>72-14</b>
30	<b>Молоко сгущенное с сахаром бпл</b>	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	<b>11-15</b>
200	<b>Напиток из шиповника бпл</b>	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	<b>6-69</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-482, Белки-32, Жиры-12, Углеводы-63	<b>89-98</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 383, Белки-78, Жиры-53, Углеводы-150	<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 свежих помидоров и огурцов бпл пф</b>	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	23-30
250	<b>Суп гороховый бпл пф</b>	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-75
135	<b>Голень цыплят бройлеров запечённая бпл</b>	Калорийность-355, Белки-28, Жиры-27	46-40
220	<b>Макаронны отварные с сыром бпл</b>	Калорийность-305, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-42	28-81
200	<b>Компот из кураги бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-44
21	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-55
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-1 025, Белки-50, Жиры-47, Углеводы-99	<b>120-45</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
150	<b>Сырники бпл</b>	Калорийность-319, Белки-29, Жиры-9, Углеводы-31	72-14
50	<b>Молоко сгущенное с сахаром бпл</b>	Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	18-59
180	<b>Напиток из шиповника бпл</b>	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-02
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-542, Белки-34, Жиры-13, Углеводы-73	<b>96-75</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 567, Белки-84, Жиры-60, Углеводы-172	<b>217-20</b>
Директор	Потеряева Л.В.	Шеф-повар 	Кальсультатор 
		Шаланова Е.Е.	Брованова Н.В.

