

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>			
30	Огурец в нарезке бпл	<i>Калорийность-4, Углеводы-1</i>	6-78
75	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	<i>Калорийность-157, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-2</i>	51-39
180	Макароны отварные с сыром бпл	<i>Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34</i>	23-57
200	Напиток из шиповника бпл	<i>Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15</i>	6-69
24,5	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12</i>	2-97
Итого за Завтрак (1 смена)			91-40
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Горошек зеленый бпл	<i>Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4</i>	22-08
200	Суп гороховый бпл пф	<i>Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16</i>	7-80
90	Шницель из курицы бпл	<i>Калорийность-152, Белки-17, Жиры-4, Углеводы-12</i>	35-86
150	Рис отварной бпл	<i>Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36</i>	12-76
180	Компот из брусники бпл	<i>Калорийность-29, Углеводы-7</i>	9-58
27	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13</i>	3-32
Итого за Обед (2 смена)			91-40
Итого за день			182-80
		<i>Калорийность-1 120, Белки-52, Жиры-33, Углеводы-152</i>	

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Огурец в нарезке бпл	<i>Калорийность-4, Углеводы-1</i>	6-78
95	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	<i>Калорийность-199, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-2</i>	65-10
180	Макаронны отварные с сыром бпл	<i>Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34</i>	23-57
200	Напиток из шиповника бпл	<i>Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15</i>	6-69
23,5	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12</i>	2-86
Итого за Завтрак (1 смена)			105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
75	Горошек зеленый бпл	<i>Калорийность-28, Белки-2, Углеводы-4</i>	27-60
250	Суп гороховый бпл пф	<i>Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20</i>	9-75
90	Шницель из курицы бпл	<i>Калорийность-152, Белки-17, Жиры-4, Углеводы-12</i>	35-86
220	Рис отварной бпл	<i>Калорийность-298, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-53</i>	18-72
200	Компот из брусники бпл	<i>Калорийность-33, Углеводы-8</i>	10-65
20	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10</i>	2-42
Итого за Обед (2 смена)			105-00
Итого за день			210-00
<i>Калорийность-1 277, Белки-57, Жиры-39, Углеводы-171</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)
<u>Комплекс</u>			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	13-98
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-80
110	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	75-37
150	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	19-64
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
18	Батон нарезной бпл	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	2-23
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-707, Белки-32, Жиры-31, Углеводы-75	131-87
<u>Полдник</u>			
220	Банан бпл	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	39-60
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-60
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	64-20
Итого за день		Калорийность-1 051, Белки-36, Жиры-31, Углеводы-157	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	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	23-30
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-75
115	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-241, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-3	78-80
200	Макаронны отварные с сыром бпл	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	26-19
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
17	Батон нарезной бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-11
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-840, Белки-36, Жиры-37, Углеводы-88	153-00
<u>Полдник</u>			
220	Банан бпл	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	39-60
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-60
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	64-20
Итого за день		Калорийность-1184, Белки-40, Жиры-37, Углеводы-170	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>			
30	Огурец в нарезке бпл	<i>Калорийность-4, Углеводы-1</i>	6-78
75	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	<i>Калорийность-157, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-2</i>	51-39
180	Макароны отварные с сыром бпл	<i>Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34</i>	23-57
200	Напиток из шиповника бпл	<i>Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15</i>	6-69
24,5	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12</i>	2-97
Итого за Завтрак (1 смена)			91-40
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Горошек зеленый бпл	<i>Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4</i>	22-08
200	Суп гороховый бпл пф	<i>Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16</i>	7-80
90	Шницель из курицы бпл	<i>Калорийность-152, Белки-17, Жиры-4, Углеводы-12</i>	35-86
150	Рис отварной бпл	<i>Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36</i>	12-76
180	Компот из брусники бпл	<i>Калорийность-29, Углеводы-7</i>	9-58
27	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13</i>	3-32
Итого за Обед (2 смена)			91-40
Итого за день			182-80
<i>Калорийность-1 120, Белки-52, Жиры-33, Углеводы-152</i>			

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>			
30	Огурец в нарезке бпл	<i>Калорийность-4, Углеводы-1</i>	6-78
95	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	<i>Калорийность-199, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-2</i>	65-09
180	Макаронны отварные с сыром бпл	<i>Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34</i>	23-57
200	Напиток из шиповника бпл	<i>Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15</i>	6-69
23,5	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12</i>	2-87
Итого за Завтрак (1 смена)			105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
75	Горошек зеленый бпл	<i>Калорийность-28, Белки-2, Углеводы-4</i>	27-60
250	Суп гороховый бпл пф	<i>Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20</i>	9-75
90	Шницель из курицы бпл	<i>Калорийность-152, Белки-17, Жиры-4, Углеводы-12</i>	35-86
220	Рис отварной бпл	<i>Калорийность-298, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-53</i>	18-71
200	Компот из брусники бпл	<i>Калорийность-33, Углеводы-8</i>	10-65
20	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10</i>	2-43
Итого за Обед (2 смена)			105-00
Итого за день			210-00
<i>Калорийность-1 277, Белки-57, Жиры-39, Углеводы-171</i>			

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Алла Шаланова Е.Е.

Калькулятор Алла Брованова Н.В.

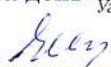


ОВЗ и инв. 1-4 классы 7-11 лет Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс</u>			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	13-98
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-80
110	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	75-37
150	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	19-64
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
18	Батон нарезной бпл	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	2-23
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-707, Белки-32, Жиры-31, Углеводы-75	131-87
<u>Полдник</u>			
220	Банан бпл	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	39-60
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-60
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	64-20
Итого за день		Калорийность-1 051, Белки-36, Жиры-31, Углеводы-157	196-07
Директор	Потеряева Л.В.	Шеф-повар <u>ЕССУ</u> Шаланова Е.Е.	Калькулятор <u>МГ</u> 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	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	13-98
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-80
100	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	68-52
160	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-222, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-31	20-95
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
26	Батон нарезной бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	3-20
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-719, Белки-31, Жиры-30, Углеводы-80	127-30
<u>Полдник</u>			
220	Банан бпл	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	39-60
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-60
Итого за Полдник		Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	64-20
Итого за день		Калорийность-1 063, Белки-35, Жиры-30, Углеводы-162	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	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	<i>Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3</i>	23-30
250	Суп гороховый бпл пф	<i>Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20</i>	9-75
115	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	<i>Калорийность-241, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-3</i>	78-80
200	Макароны отварные с сыром бпл	<i>Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38</i>	26-19
200	Компот из брусники бпл	<i>Калорийность-33, Углеводы-8</i>	10-65
17	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-11
20	Хлеб бородинский бпл	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-20
Итого за Комплекс		<i>Калорийность-840, Белки-36, Жиры-37, Углеводы-88</i>	153-00
<u>Полдник</u>			
220	Банан бпл	<i>Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49</i>	39-60
200	Сок персиковый бпл	<i>Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33</i>	24-60
Итого за Полдник		<i>Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82</i>	64-20
Итого за день		<i>Калорийность-1184, Белки-40, Жиры-37, Углеводы-170</i>	217-20
Директор	<u>Потеряева Л.В.</u>	Шеф-повар <u>Шаланова Е.Е.</u>	Калькулятор <u>Брованова Н.В.</u>

