

1-4 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
35	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-7, Углеводы-1	9-88
80	Котлета из говядины бпл	Калорийность-236, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-13	59-93
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	13-35
200	Чай с молоком и сахаром бпл	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	5-56
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-68
Итого за Завтрак (1 смена)			91-40
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	20-34
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	9-46
110	Курица тушеная с морковью бпл пф	Калорийность-139, Белки-16, Жиры-6, Углеводы-5	38-00
170	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	13-71
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-44
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-45
Итого за Обед (2 смена)			91-40
Итого за день			182-80

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>			
35	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-7, Углеводы-1	9-88
80	Котлета из говядины бпл	Калорийность-236, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-13	59-93
30	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-2	12-10
200	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	14-83
200	Чай с молоком и сахаром бпл	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	5-56
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-70
Итого за Завтрак (1 смена)			105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
90	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-23, Белки-1, Углеводы-4	30-51
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
110	Курица тушеная с морковью бпл пф	Калорийность-139, Белки-16, Жиры-6, Углеводы-5	38-00
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-52
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-44
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-70
Итого за Обед (2 смена)			105-00
Итого за день			210-00
Калорийность-1 254, Белки-59, Жиры-43, Углеводы-175			

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	Икра морковная бпл пф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-03
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	9-46
80	Котлета из говядины бпл	Калорийность-236, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-13	59-93
50	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-93, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-3	20-17
200	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	16-11
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-44
25,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	3-13
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-910, Белки-34, Жиры-36, Углеводы-122	126-47
<u>Полдник</u>			
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	45-00
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-60
Итого за Полдник		Калорийность-345, Белки-5, Углеводы-81	69-60
Итого за день		Калорийность-1 255, Белки-39, Жиры-36, Углеводы-203	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 морковная бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-39
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
80	Котлета из говядины бпл	Калорийность-236, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-13	59-93
50	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-93, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-3	20-17
220	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-343, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-53	17-72
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-44
33,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	4-12
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-1 014, Белки-38, Жиры-40, Углеводы-139	136-80
<u>Полдник</u>			
310	Банан бпл	Калорийность-296, Белки-5, Углеводы-69	55-80
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-60
Итого за Полдник		Калорийность-402, Белки-6, Углеводы-94	80-40
Итого за день		Калорийность-1 416, Белки-44, Жиры-40, Углеводы-233	217-20

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

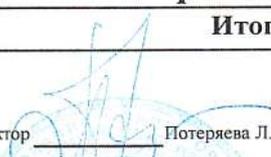
Калькулятор

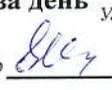
Брованова Н.В.



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>			
35	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-7, Углеводы-1	9-88
80	Котлета из говядины бпл	Калорийность-236, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-13	59-93
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	13-35
200	Чай с молоком и сахаром бпл	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	5-56
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-68
Итого за Завтрак (1 смена)			91-40
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	20-34
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	9-46
110	Курица тушеная с морковью бпл пф	Калорийность-139, Белки-16, Жиры-6, Углеводы-5	38-00
170	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	13-71
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-44
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-45
Итого за Обед (2 смена)			91-40
Итого за день			182-80
Калорийность-1 137, Белки-55, Жиры-36, Углеводы-161			

 Директор  Потерьева 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>			
35	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-7, Углеводы-1	9-88
80	Котлета из говядины бпл	Калорийность-236, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-13	59-93
30	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-2	12-10
200	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	14-83
200	Чай с молоком и сахаром бпл	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	5-56
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-70
Итого за Завтрак (1 смена)			105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
90	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-23, Белки-1, Углеводы-4	30-51
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
110	Курица тушеная с морковью бпл пф	Калорийность-139, Белки-16, Жиры-6, Углеводы-5	38-00
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-52
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-44
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-70
Итого за Обед (2 смена)			105-00
Итого за день			210-00
Калорийность-1 254, Белки-59, Жиры-43, Углеводы-175			

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
45	Кукуруза сахарная бпл	Калорийность-23, Белки-1, Углеводы-5	20-10
120	Котлета из курицы с растительным маслом бпл	Калорийность-192, Белки-22, Жиры-5, Углеводы-15	41-44
150	Каша перловая рассыпчатая с растительным маслом бпл	Калорийность-203, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	3-54
200	Чай с клюквой и сахаром бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	7-57
200	Яблоко бпл	Калорийность-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	30-00
21,5	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-9	2-35
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-580, Белки-29, Жиры-13, Углеводы-86	105-00
Итого за день		Калорийность-580, Белки-29, Жиры-13, Углеводы-86	105-00

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 морковная бпл пф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	8-03
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	9-46
80	Котлета из говядины бпл	Калорийность-236, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-13	59-93
50	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-93, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-3	20-17
200	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	16-11
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-44
25,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	3-13
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-910, Белки-34, Жиры-36, Углеводы-122	126-47
<u>Полдник</u>			
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	45-00
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-60
Итого за Полдник		Калорийность-345, Белки-5, Углеводы-81	69-60
Итого за день		Калорийность-1 255, Белки-39, Жиры-36, Углеводы-203	196-07

Директор Л.В. Потеряева Л.В.

Шеф-повар Е.Е. Шаланова Е.Е.

Калькулятор Н.В. 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 морковная бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-39
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
80	Котлета из говядины бпл	Калорийность-236, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-13	59-93
50	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-93, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-3	20-17
220	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-343, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-53	17-72
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-44
34	Батон нарезной бпл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	4-19
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-1 014, Белки-38, Жиры-40, Углеводы-139	136-87
<u>Полдник</u>			
335	Банан бпл	Калорийность-320, Белки-5, Углеводы-75	60-30
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-60
Итого за Полдник		Калорийность-426, Белки-6, Углеводы-100	84-90
Итого за день		Калорийность-1 440, Белки-44, Жиры-40, Углеводы-239	221-77

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

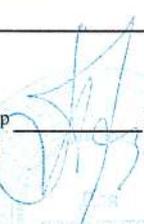
Калькулятор

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 морковная бпл пф	<i>Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6</i>	8-03
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	<i>Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15</i>	9-46
80	Котлета из говядины бпл	<i>Калорийность-236, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-13</i>	59-93
50	Соус сметанный натуральный бпл	<i>Калорийность-93, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-3</i>	20-17
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	<i>Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43</i>	14-50
200	Компот из кураги бпл	<i>Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16</i>	7-44
21,5	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11</i>	2-63
20	Хлеб бородинский бпл	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-20
Итого за Комплекс		<i>Калорийность-869, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-115</i>	124-36
<u>Полдник</u>			
250	Банан бпл	<i>Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56</i>	45-00
180	Сок абрикосовый бпл	<i>Калорийность-95, Белки-1, Углеводы-23</i>	22-14
Итого за Полдник		<i>Калорийность-334, Белки-5, Углеводы-79</i>	67-14
Итого за день		<i>Калорийность-1 203, Белки-38, Жиры-36, Углеводы-194</i>	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 морковная бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-39
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
80	Котлета из говядины бпл	Калорийность-236, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-13	59-93
50	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-93, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-3	20-17
220	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-343, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-53	17-72
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-44
33,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	4-12
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-1 014, Белки-38, Жиры-40, Углеводы-139	136-80
<u>Полдник</u>			
310	Банан бпл	Калорийность-296, Белки-5, Углеводы-69	55-80
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-60
Итого за Полдник		Калорийность-402, Белки-6, Углеводы-94	80-40
Итого за день		Калорийность-1 416, Белки-44, Жиры-40, Углеводы-233	217-20
Директор	Потеряева Л.В.	Шеф-повар  Шаланова Е.Е.	Калькулятор  Брованова Н.В.

