

## 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
400	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-546, Белки-37, Жиры-15, Углеводы-66	79-70
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
27	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-29
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>110-00</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	12-59
105/70	<b>Гуляш из свинины бпл пф</b>	Калорийность-560, Белки-21, Жиры-50, Углеводы-6	63-59
170	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-223, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-37	12-12
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-51
21,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-63
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>110-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>220-00</b>
Калорийность-1715, Белки-77, Жиры-86, Углеводы-158			

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Котомчина Т.А.

Калькулятор \_\_\_\_\_ Брованова Н.В.



## Многодетные 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>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	<b>17-05</b>
400	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-546, Белки-37, Жиры-15, Углеводы-66	<b>79-71</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-43</b>
24	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-91</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>22-50</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>123-60</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
100	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	<b>22-60</b>
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	<b>15-74</b>
105/70	<b>Гуляш из свинины бпл пф</b>	Калорийность-560, Белки-21, Жиры-50, Углеводы-6	<b>63-59</b>
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	<b>12-83</b>
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	<b>5-51</b>
27,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	<b>3-33</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>123-60</b>
<b>Итого за день</b>			<b>247-20</b>

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Котомчина Т.А.

Калькулятор \_\_\_\_\_ Брованова Н.В.



## Многодетные, СВО 5-11 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>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9</i>	<b>25-58</b>
375	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	<i>Калорийность-512, Белки-35, Жиры-14, Углеводы-62</i>	<b>74-70</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	<i>Калорийность-27, Углеводы-6</i>	<b>1-43</b>
27	<b>Батон нарезной бпл</b>	<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	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-8, Углеводы-2</i>	<b>13-56</b>
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	<i>Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12</i>	<b>15-74</b>
90/60	<b>Гуляш из свинины бпл пф</b>	<i>Калорийность-480, Белки-18, Жиры-43, Углеводы-5</i>	<b>54-51</b>
180	<b>Макароньы отварные бпл</b>	<i>Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39</i>	<b>12-83</b>
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	<i>Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7</i>	<b>5-51</b>
23,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	<i>Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12</i>	<b>2-85</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 \_\_\_\_\_

Бровацова 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>Комплексе</b>			
60	<b>Салат из моркови с яблоками бпл пф</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	7-28
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	12-59
400	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-546, Белки-37, Жиры-15, Углеводы-66	79-70
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-51
28	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-42
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплексе</b>		Калорийность-855, Белки-43, Жиры-27, Углеводы-109	<b>110-70</b>
<b>Полдник</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-1314, Белки-60, Жиры-42, Углеводы-170	<b>214-67</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>Комплек</b>			
100	<b>Салат из моркови с яблоками бпл пф</b>	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	12-14
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	15-74
375	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-512, Белки-35, Жиры-14, Углеводы-62	74-72
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-51
24	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-92
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплек</b>		Калорийность-884, Белки-41, Жиры-31, Углеводы-108	<b>113-23</b>
<b>Полдник</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-1343, Белки-58, Жиры-46, Углеводы-169	<b>217-20</b>

Директор

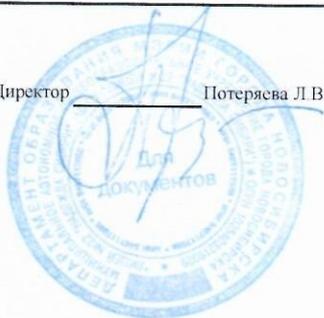
Потеряева Л В

Шеф-повар

Котомчина Т А

Калькулятор

Брованова Н В





## Многодетные 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>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6</i>	<b>17-05</b>
400	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	<i>Калорийность-546, Белки-37, Жиры-15, Углеводы-66</i>	<b>79-68</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	<i>Калорийность-27, Углеводы-6</i>	<b>1-43</b>
24	<b>Батон нарезной бпл</b>	<i>Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12</i>	<b>2-94</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>123-60</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
100	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2</i>	<b>22-60</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>
105/70	<b>Гуляш из свинины бпл пф</b>	<i>Калорийность-560, Белки-21, Жиры-50, Углеводы-6</i>	<b>63-59</b>
180	<b>Макаронны отварные бпл</b>	<i>Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39</i>	<b>12-83</b>
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	<i>Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7</i>	<b>5-51*</b>
27,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	<i>Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14</i>	<b>3-34</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>123-60</b>
<b>Итого за день</b>			<b>247-20</b>



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>			
60	<b>Перец болгарский в нарезке бпл</b>	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	<b>20-34</b>
100	<b>Курица отварная бпл пф</b>	Калорийность-155, Белки-32, Жиры-2, Углеводы-1	<b>68-39</b>
180	<b>Рис отварной с растительным маслом бпл</b>	Калорийность-261, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-44	<b>7-06</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-43</b>
35,5	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	<b>3-88</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>22-50</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-596, Белки-40, Жиры-11, Углеводы-83	<b>123-60</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-596, Белки-40, Жиры-11, Углеводы-83	<b>123-60</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



## Многодетные, СВО 5-11 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>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9</i>	<b>25-58</b>
375	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	<i>Калорийность-512, Белки-35, Жиры-14, Углеводы-62</i>	<b>74-70</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	<i>Калорийность-27, Углеводы-6</i>	<b>1-43</b>
27	<b>Батон нарезной бпл</b>	<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	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-8, Углеводы-2</i>	<b>13-56</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>
90/60	<b>Гуляш из свинины бпл пф</b>	<i>Калорийность-480, Белки-18, Жиры-43, Углеводы-5</i>	<b>54-51</b>
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	<i>Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39</i>	<b>12-83</b>
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	<i>Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7</i>	<b>5-51</b>
23,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	<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 \_\_\_\_\_ 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>Салат из моркови с яблоками бпл пф</b>	<i>Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4</i>	<b>7-27</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>
400	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	<i>Калорийность-546, Белки-37, Жиры-15, Углеводы-66</i>	<b>79-67</b>
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	<i>Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7</i>	<b>5-51</b>
28,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	<i>Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14</i>	<b>3-47</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-857, Белки-43, Жиры-27, Углеводы-109</i>	<b>110-70</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12</i>	<b>34-11</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	<i>Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22</i>	<b>22-66</b>
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	<i>Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20</i>	<b>4-90</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-459, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-61</i>	<b>103-97</b>
<b>Итого за день</b>		<i>Калорийность-1316, Белки-60, Жиры-42, Углеводы-170</i>	<b>214-67</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 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
26,5	<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><u>Полдник</u></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.

