

## 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>Кукуруза сахарная бпл</b>	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3	<b>13-40</b>
190	<b>Омлет натуральный бпл</b>	Калорийность-286, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-4	<b>48-27</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	<b>22-66</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>22-50</b>
26	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	<b>3-17</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>110-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	<b>8-11</b>
200	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	<b>11-18</b>
55/55	<b>Гуляш из говядины бпл пф 2</b>	Калорийность-245, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-3	<b>66-48</b>
200	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	<b>14-26</b>
200	<b>Чай с брусникой и сахаром бпл</b>	Калорийность-31, Углеводы-7	<b>7-45</b>
20,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	<b>2-52</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>110-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>220-00</b>

Директор \_\_\_\_\_

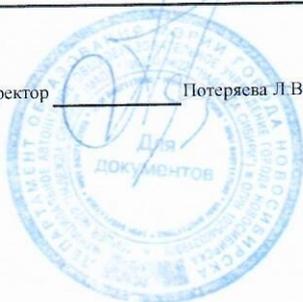
Потеряева Л.В.

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>			
40	<b>Кукуруза сахарная бпл</b>	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	17-87
220	<b>Омлет натуральный бпл</b>	Калорийность-331, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-5	55-89
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	22-66
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-50
38	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	4-68
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>123-60</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
100	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	13-52
250	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	13-98
60/60	<b>Гуляш из говядины бпл пф 2</b>	Калорийность-267, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-4	72-53
200	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	14-26
180	<b>Чай с брусникой и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	6-70
21,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-61
<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>			
20	<b>Кукуруза сахарная бпл</b>	Калорийность-10, Углеводы-2	<b>8-93</b>
200	<b>Омлет натуральный бпл</b>	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	<b>50-81</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	<b>22-66</b>
135	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-60, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13	<b>20-25</b>
19	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	<b>2-35</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>105-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	<b>8-11</b>
250	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	<b>13-98</b>
50/50	<b>Гуляш из говядины бпл пф 2</b>	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	<b>60-44</b>
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	<b>12-83</b>
200	<b>Чай с брусникой и сахаром бпл</b>	Калорийность-31, Углеводы-7	<b>7-45</b>
18	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	<b>2-19</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>210-00</b>

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Котомчина Т.А.

Калькулятор \_\_\_\_\_ Брованова П.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>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	<b>13-52</b>
250	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	<b>13-98</b>
75/75	<b>Гуляш из говядины бпл пф 2</b>	Калорийность-334, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-5	<b>90-66</b>
220	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-289, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-48	<b>15-68</b>
200	<b>Чай с брусникой и сахаром бпл</b>	Калорийность-31, Углеводы-7	<b>7-45</b>
33,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	<b>4-11</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-976, Белки-38, Жиры-47, Углеводы-99	<b>147-60</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
250	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	<b>45-00</b>
200	<b>Сок персиковый бпл</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>24-60</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-229, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-53	<b>69-60</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 205, Белки-41, Жиры-48, Углеводы-152	<b>217-20</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова И.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>Кукуруза сахарная бпл</b>	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3	<b>13-40</b>
190	<b>Омлет натуральный бпл</b>	Калорийность-286, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-4	<b>48-27</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	<b>22-66</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>22-50</b>
26	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	<b>3-17</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>110-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	<b>8-09</b>
200	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	<b>11-18</b>
55/55	<b>Гуляш из говядины бпл пф 2</b>	Калорийность-245, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-3	<b>66-48</b>
200	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	<b>14-26</b>
200	<b>Чай с брусникой и сахаром бпл</b>	Калорийность-31, Углеводы-7	<b>7-45</b>
21	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	<b>2-54</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>110-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>220-00</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



**Многодетные 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>			
40	<b>Кукуруза сахарная бпл</b>	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	17-87
220	<b>Омлет натуральный бпл</b>	Калорийность-331, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-5	55-89
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	22-66
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-50
38	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	4-68
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>123-60</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
100	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	13-49
250	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	13-97
60/60	<b>Гуляш из говядины бпл пф 2</b>	Калорийность-267, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-4	72-53
200	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	14-26
180	<b>Чай с брусникой и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	6-70
22	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-65
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>123-60</b>
<b>Итого за день</b>			<b>247-20</b>
		Калорийность-1 452, Белки-58, Жиры-72, Углеводы-145	

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>Кукуруза сахарная бпл</b>	<i>Калорийность-31, Белки-1, Углеводы-6</i>	<b>26-80</b>
220	<b>Омлет с морковью бпл пф</b>	<i>Калорийность-340, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-5</i>	<b>41-29</b>
200	<b>Чай с брусникой и сахаром бпл</b>	<i>Калорийность-31, Углеводы-7</i>	<b>7-45</b>
250	<b>Апельсин бпл</b>	<i>Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20</i>	<b>45-00</b>
28	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	<i>Калорийность-55, Белки-2, Углеводы-11</i>	<b>3-06</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>123-60</b>
<b>Итого за день</b>			<b>123-60</b>

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Глебова Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова 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>			
20	<b>Кукуруза сахарная бпл</b>	Калорийность-10, Углеводы-2	<b>8-93</b>
200	<b>Омлет натуральный бпл</b>	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	<b>50-81</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	<b>22-66</b>
135	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-60, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13	<b>20-25</b>
19	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	<b>2-35</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>105-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	<b>8-09</b>
250	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	<b>13-97</b>
50/50	<b>Гуляш из говядины бпл пф 2</b>	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	<b>60-44</b>
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	<b>12-83</b>
200	<b>Чай с брусникой и сахаром бпл</b>	Калорийность-31, Углеводы-7	<b>7-45</b>
18	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	<b>2-22</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>210-00</b>

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>			
100	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	<b>13-49</b>
250	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	<b>13-97</b>
75/75	<b>Гуляш из говядины бпл пф 2</b>	Калорийность-334, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-5	<b>90-66</b>
200	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	<b>14-26</b>
200	<b>Чай с брусникой и сахаром бпл</b>	Калорийность-31, Углеводы-7	<b>7-45</b>
25	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>3-04</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-928, Белки-36, Жиры-47, Углеводы-90	<b>145-07</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
250	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	<b>45-00</b>
200	<b>Сок персиковый бпл</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>24-60</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-229, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-53	<b>69-60*</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1157, Белки-39, Жиры-48, Углеводы-143	<b>214-67</b>

Директор Потеряева Л.В.Шеф-повар Шаланова Е.Е.Калькулятор 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)
<b><u>Комплекс</u></b>			
100	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	13-49
250	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	13-97
90/90	<b>Гуляш из говядины бпл пф 2</b>	Калорийность-401, Белки-28, Жиры-30, Углеводы-6	108-79
220	<b>Макаронны отварные бпл</b>	Калорийность-289, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-48	15-69
200	<b>Чай с брусникой и сахаром бпл</b>	Калорийность-31, Углеводы-7	7-45
21,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-64
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс</b>			<b>164-23</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
300	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24	54-00
180	<b>Сок персиковый бпл</b>	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	22-14
<b>Итого за Полдник</b>			<b>76-14*</b>
<b>Итого за день</b>			<b>240-37</b>
Калорийность-1 249, Белки-46, Жиры-53, Углеводы-148			

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Евг Шаланова Е.Е.

Калькулятор НВ 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>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	<b>8-09</b>
200	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	<b>11-18</b>
65/65	<b>Гуляш из говядины бпл пф 2</b>	Калорийность-290, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-4	<b>78-57</b>
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	<b>12-83</b>
180	<b>Чай с брусникой и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>6-70</b>
19	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	<b>2-33</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс</b>			<b>121-90</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
250	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	<b>45-00</b>
200	<b>Сок персиковый бпл</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>24-60</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>69-60*</b>
<b>Итого за день</b>			<b>191-50</b>
Калорийность-1 007, Белки-34, Жиры-38, Углеводы-129			

Директор Погоряева 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>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	<b>13-49</b>
250	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	<b>13-97</b>
75/75	<b>Гуляш из говядины бпл пф 2</b>	Калорийность-334, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-5	<b>90-66</b>
220	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-289, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-48	<b>15-69</b>
200	<b>Чай с брусникой и сахаром бпл</b>	Калорийность-31, Углеводы-7	<b>7-45</b>
34	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	<b>4-14</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-976, Белки-38, Жиры-47, Углеводы-99	<b>147-60</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
250	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	<b>45-00</b>
200	<b>Сок персиковый бпл</b>	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	<b>24-60</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-229, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-53	<b>69-60*</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 205, Белки-41, Жиры-48, Углеводы-152	<b>217-20</b>

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.

