

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>			
45	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-10, Углеводы-2	12-71
130	Капуста тушеная с мясом бпл пф	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9	68-48
150	Картофельное пюре бпл пф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	21-26
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
75	Булочка с маком бпл	Калорийность-206, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-41	3-88
18,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-24
Итого за Завтрак (1 смена)			110-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Горошек зеленый бпл	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	22-08
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	9-47
150	Курица тушеная с морковью бпл пф	Калорийность-190, Белки-21, Жиры-9, Углеводы-7	51-83
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-50
180	Компот из клюквы бпл	Калорийность-26, Углеводы-6	9-78
19	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-34
Итого за Обед (2 смена)			110-00
Итого за день			220-00

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	16-95
145	Капуста тушеная с мясом бпл пф	Калорийность-246, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-10	76-38
150	Картофельное пюре бпл пф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	21-26
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
75	Булочка с маком бпл	Калорийность-206, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-41	3-88
30,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	3-70
Итого за Завтрак (1 смена)			123-60
<u>Обед (2 смена)</u>			
80	Горошек зеленый бпл	Калорийность-29, Белки-2, Углеводы-5	29-45
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-84
150	Курица тушеная с морковью бпл пф	Калорийность-190, Белки-21, Жиры-9, Углеводы-7	51-83
200	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	16-11
200	Компот из клюквы бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	10-86
28,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-51
Итого за Обед (2 смена)			123-60
Итого за день			247-20

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)
Комплекс			
100	Икра морковная бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-40
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-84
160	Капуста тушеная с мясом бпл пф	Калорийность-272, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-11	84-28
180	Картофельное пюре бпл пф	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	25-51
200	Компот из клюквы бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	10-86
33,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	4-11
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-743, Белки-31, Жиры-33, Углеводы-96	152-20
Полдник			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49*
40	Батон нарезной бпл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-90
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-50
Итого за Полдник		Калорийность-332, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-42	65-00
Итого за день		Калорийность-1 075, Белки-44, Жиры-46, Углеводы-138	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>			
45	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-10, Углеводы-2	12-71
130	Капуста тушеная с мясом бпл пф	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9	68-48
150	Картофельное пюре бпл пф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	21-26
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-43
75	Булочка с маком бпл	Калорийность-206, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-41	3-87
18,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-25
Итого за Завтрак (1 смена)			110-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Горошек зеленый бпл	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	22-08
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	9-46
150	Курица тушеная с морковью бпл пф	Калорийность-190, Белки-21, Жиры-9, Углеводы-7	51-82
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-50
180	Компот из клюквы бпл	Калорийность-26, Углеводы-6	9-78
19,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-36
Итого за Обед (2 смена)			110-00
Итого за день			220-00

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>			
40	Помидор в нарезке бпл	<i>Калорийность-9, Углеводы-2</i>	11-30
120	Котлета из курицы с растительным маслом бпл	<i>Калорийность-192, Белки-22, Жиры-5, Углеводы-15</i>	41-44
200	Картофельное пюре на воде бпл пф	<i>Калорийность-370, Белки-4, Жиры-27, Углеводы-28</i>	21-68
200	Чай с сахаром бпл	<i>Калорийность-27, Углеводы-6</i>	1-43
250	Банан бпл	<i>Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56</i>	45-00
25	Хлеб бородинский бпл	<i>Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10</i>	2-75
Итого за Завтрак (1 смена)		<i>Калорийность-887, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-117</i>	123-60
Итого за день		<i>Калорийность-887, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-117</i>	123-60

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
20	Помидор в нарезке бпл	<i>Калорийность-4, Углеводы-1</i>	5-65
130	Капуста тушеная с мясом бпл пф	<i>Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9</i>	68-48
160	Картофельное пюре бпл пф	<i>Калорийность-149, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-21</i>	22-68
200	Чай с сахаром бпл	<i>Калорийность-27, Углеводы-6</i>	1-43
75	Булочка с маком бпл	<i>Калорийность-206, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-41</i>	3-87
23,5	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12</i>	2-89
Итого за Завтрак (1 смена)			105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Горошек зеленый бпл	<i>Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4</i>	22-08
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	<i>Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19</i>	11-83
125	Курица тушеная с морковью бпл пф	<i>Калорийность-158, Белки-18, Жиры-7, Углеводы-6</i>	43-18
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	<i>Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43</i>	14-50
200	Компот из клюквы бпл	<i>Калорийность-29, Углеводы-7</i>	10-86
21	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10</i>	2-55
Итого за Обед (2 смена)			105-00
Итого за день			210-00
		<i>Калорийность-1 243, Белки-60, Жиры-39, Углеводы-179</i>	

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Е.Е. Шаланова Шаланова Е.Е.

Калькулятор Н.В. Брованова 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
180	Капуста тушеная с мясом бпл пф	Калорийность-305, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-12	94-82
150	Картофельное пюре бпл пф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	21-26
180	Компот из клюквы бпл	Калорийность-26, Углеводы-6	9-78
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-691, Белки-30, Жиры-31, Углеводы-84	149-67
<u>Полдник</u>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
40	Батон нарезной бпл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-90
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-50
Итого за Полдник		Калорийность-332, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-42	65-00
Итого за день		Калорийность-1 023, Белки-43, Жиры-44, Углеводы-126	214-67

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)
<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
200	Капуста тушеная с мясом бпл пф	Калорийность-339, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-13	105-35
200	Картофельное пюре бпл пф	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	28-35
200	Компот из клюквы бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	10-86
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-39
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-815, Белки-34, Жиры-38, Углеводы-97	175-37
<u>Полдник</u>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
40	Батон нарезной бпл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-90
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-50
Итого за Полдник		Калорийность-332, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-42	65-00
Итого за день		Калорийность-1147, Белки-47, Жиры-51, Углеводы-139	240-37



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Бровапова Н.В.

ОВЗ и инв. 5-11 классы 7-11 лет Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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
135	Капуста тушеная с мясом бпл пф	Калорийность-229, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-9	71-11
150	Картофельное пюре бпл пф	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	21-26
200	Компот из клюквы бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	10-86
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-58
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс		Калорийность-606, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-79	126-50
<u>Полдник</u>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
40	Батон нарезной бпл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-90
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-50
Итого за Полдник		Калорийность-332, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-42	65-00
Итого за день		Калорийность-938, Белки-37, Жиры-39, Углеводы-121	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
	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
160	Капуста тушеная с мясом бпл пф	Калорийность-272, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-11	84-28
180	Картофельное пюре бпл пф	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	25-51
200	Компот из клюквы бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	10-86
34	Батон нарезной бпл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	4-13
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс			152-20
<u>Полдник</u>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
40	Батон нарезной бпл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-90
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-50
Итого за Полдник			65-00
Итого за день			217-20
Калорийность-1 075, Белки-44, Жиры-46, Углеводы-138			

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

