

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	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
90/60	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-480, Белки-18, Жиры-43, Углеводы-5	54-51
200	Рис с овощами бпл пф	Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	24-08
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
19	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-34
Итого за Завтрак (1 смена)			110-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-2	13-56
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	15-73
350	Плов с курицей бпл пф	Калорийность-478, Белки-32, Жиры-13, Углеводы-58	69-71
200	Чай с клюквой и сахаром бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	7-57
28	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-43
Итого за Обед (2 смена)			110-00
Итого за день			220-00
<small>Калорийность-1 578, Белки-66, Жиры-79, Углеводы-149</small>			

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>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	<i>Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9</i>	25-58
105/70	Гуляш из свинины бпл пф	<i>Калорийность-560, Белки-21, Жиры-50, Углеводы-6</i>	63-59
220	Рис с овощами бпл пф	<i>Калорийность-246, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-38</i>	26-49
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	<i>Калорийность-28, Углеводы-7</i>	3-49
36,5	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18</i>	4-45
Итого за Завтрак (1 смена)			123-60
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Огурец в нарезке бпл	<i>Калорийность-8, Углеводы-2</i>	13-56
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	<i>Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10</i>	12-58
350	Плов с курицей бпл пф	<i>Калорийность-478, Белки-32, Жиры-13, Углеводы-58</i>	69-71
180	Чай с клюквой и сахаром бпл	<i>Калорийность-26, Углеводы-6</i>	6-82
18	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9</i>	2-18
125	Яблоко бпл	<i>Калорийность-56, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12</i>	18-75
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.



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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	<i>Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9</i>	25-58
75/50	Гуляш из свинины бпл пф	<i>Калорийность-400, Белки-15, Жиры-36, Углеводы-4</i>	45-42
220	Рис с овощами бпл пф	<i>Калорийность-246, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-38</i>	26-49
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	<i>Калорийность-28, Углеводы-7</i>	3-49
33	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16</i>	4-02
Итого за Завтрак (1 смена)			105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Огурец в нарезке бпл	<i>Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2</i>	22-60
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	<i>Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12</i>	15-73
280	Плов с курицей бпл пф	<i>Калорийность-382, Белки-26, Жиры-10, Углеводы-46</i>	55-77
200	Чай с клюквой и сахаром бпл	<i>Калорийность-29, Углеводы-7</i>	7-57
27	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13</i>	3-33
Итого за Обед (2 смена)			105-00
Итого за день			210-00

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 (1 и 2 смена)</u>			
60	Салат из моркови с яблоками бпл пф	<i>Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4</i>	7-27
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	<i>Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10</i>	12-58
105/70	Гуляш из свинины бпл пф	<i>Калорийность-560, Белки-21, Жиры-50, Углеводы-6</i>	63-59
180	Рис с овощами бпл пф	<i>Калорийность-201, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31</i>	21-67
200	Компот из облепихи бпл	<i>Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7</i>	5-51
19	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9</i>	2-32
20	Хлеб бородинский бпл	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)			115-14
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
150	Запеканка из творога бпл	<i>Калорийность-301, Белки-30, Жиры-11, Углеводы-22</i>	77-45
50	Молоко сгущенное с сахаром бпл	<i>Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28</i>	18-59
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	<i>Калорийность-28, Углеводы-7</i>	3-49
Итого за Полдник (1 и 2 смена)			99-53
Итого за день			214-67

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шэф-повар _____

Котомчина Т.А.

Калькулятор _____

Брованова И.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 (1 и 2 смена)</u>			
100	Салат из моркови с яблоками бпл пф	<i>Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7</i>	12-12
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	<i>Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12</i>	15-73
105/70	Гуляш из свинины бпл пф	<i>Калорийность-560, Белки-21, Жиры-50, Углеводы-6</i>	63-59
180	Рис с овощами бпл пф	<i>Калорийность-201, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31</i>	21-67
200	Компот из облепихи бпл	<i>Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7</i>	5-51
20	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10</i>	2-43
20	Хлеб бородинский бпл	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)			123-25
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
150	Запеканка из творога бпл	<i>Калорийность-301, Белки-30, Жиры-11, Углеводы-22</i>	77-45
35	Молоко сгущенное с сахаром бпл	<i>Калорийность-115, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19</i>	13-01
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	<i>Калорийность-28, Углеводы-7</i>	3-49
Итого за Полдник (1 и 2 смена)			93-95
Итого за день			217-20

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



1-4 классы доп.питание Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
200	доп. Коктейль ФрутоНяня нач		48-00
Итого за			48-00
Итого за день			48-00



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	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
90/60	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-480, Белки-18, Жиры-43, Углеводы-5	54-51
200	Рис с овощами бпл пф	Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	24-08
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
19	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-34
Итого за Завтрак (1 смена)			110-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-2	13-56
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	15-73
350	Плов с курицей бпл пф	Калорийность-478, Белки-32, Жиры-13, Углеводы-58	69-71
200	Чай с клюквой и сахаром бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	7-57
28	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-43
Итого за Обед (2 смена)			110-00
Итого за день			220-00

Директор _____

Потеряева Л.В.

Шеф-повар _____

Шаланова Е.Е.

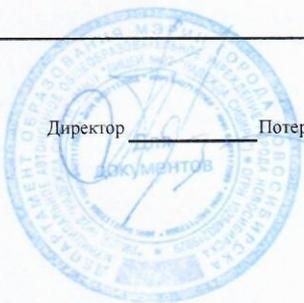
Калькулятор _____

Брованова Н.В.



Многодетные 1-4 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	<i>Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9</i>	25-58
105/70	Гуляш из свинины бпл пф	<i>Калорийность-560, Белки-21, Жиры-50, Углеводы-6</i>	63-59
220	Рис с овощами бпл пф	<i>Калорийность-246, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-38</i>	26-49
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	<i>Калорийность-28, Углеводы-7</i>	3-49
36,5	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18</i>	4-45
Итого за Завтрак (1 смена)			123-60
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Огурец в нарезке бпл	<i>Калорийность-8, Углеводы-2</i>	13-56
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	<i>Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10</i>	12-58
350	Плов с курицей бпл пф	<i>Калорийность-478, Белки-32, Жиры-13, Углеводы-58</i>	69-71
180	Чай с клюквой и сахаром бпл	<i>Калорийность-26, Углеводы-6</i>	6-82
18	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9</i>	2-18
125	Яблоко бпл	<i>Калорийность-56, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12</i>	18-75
Итого за Обед (2 смена)			123-60
Итого за день			247-20



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>			
60	Горошек зеленый бпл	<i>Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4</i>	22-08
150	Гуляш из отварной птицы бпл пф	<i>Калорийность-116, Белки-20, Жиры-3, Углеводы-2</i>	40-32
220	Рис отварной с растительным маслом бпл	<i>Калорийность-319, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-53</i>	8-63
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	<i>Калорийность-28, Углеводы-7</i>	3-49
250	Апельсин бпл	<i>Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20</i>	45-00
37	Хлеб бородинский бпл	<i>Калорийность-73, Белки-3, Углеводы-15</i>	4-08
Итого за Завтрак (1 смена)		<i>Калорийность-653, Белки-32, Жиры-13, Углеводы-101</i>	123-60
Итого за день		<i>Калорийность-653, Белки-32, Жиры-13, Углеводы-101</i>	123-60

Директор _____

Потеряева Л.В.

Шеф-повар _____

Шаланова Е.Е.

Калькулятор _____

Бронова 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>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
75/50	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-400, Белки-15, Жиры-36, Углеводы-4	45-42
220	Рис с овощами бпл пф	Калорийность-246, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-38	26-49
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
33	Батон нарезной бпл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	4-02
Итого за Завтрак (1 смена)			105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	22-60
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	15-73
280	Плов с курицей бпл пф	Калорийность-382, Белки-26, Жиры-10, Углеводы-46	55-77
200	Чай с клюквой и сахаром бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	7-57
27	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-33
Итого за Обед (2 смена)			105-00
Итого за день			210-00

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шуц Шаланова Е.Е.

Калькулятор Бр 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 (1 и 2 смена)</u>			
60	Салат из моркови с яблоками бпл пф	<i>Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4</i>	7-27
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	<i>Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10</i>	12-58
105/70	Гуляш из свинины бпл пф	<i>Калорийность-560, Белки-21, Жиры-50, Углеводы-6</i>	63-59
180	Рис с овощами бпл пф	<i>Калорийность-201, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31</i>	21-67
200	Компот из облепихи бпл	<i>Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7</i>	5-51
19	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9</i>	2-32
20	Хлеб бородинский бпл	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)			<i>Калорийность-1 049, Белки-30, Жиры-69, Углеводы-75</i> 115-14
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
150	Запеканка из творога бпл	<i>Калорийность-301, Белки-30, Жиры-11, Углеводы-22</i>	77-45
50	Молоко сгущенное с сахаром бпл	<i>Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28</i>	18-59
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	<i>Калорийность-28, Углеводы-7</i>	3-49
Итого за Полдник (1 и 2 смена)			<i>Калорийность-493, Белки-34, Жиры-15, Углеводы-57</i> 99-53
Итого за день			<i>Калорийность-1 542, Белки-64, Жиры-84, Углеводы-132</i> 214-67

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 (1 и 2 смена)</u>			
60	Салат из моркови с яблоками бпл пф	<i>Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4</i>	7-27
200	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	<i>Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10</i>	12-58
90/60	Гуляш из свинины бпл пф	<i>Калорийность-480, Белки-18, Жиры-43, Углеводы-5</i>	54-51
150	Рис с овощами бпл пф	<i>Калорийность-168, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-26</i>	18-06
180	Компот из облепихи бпл	<i>Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7</i>	4-96
16,5	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-04
20	Хлеб бородинский бпл	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)			101-62
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
150	Запеканка из творога бпл	<i>Калорийность-301, Белки-30, Жиры-11, Углеводы-22</i>	77-45
25	Молоко сгущенное с сахаром бпл	<i>Калорийность-82, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14</i>	9-29
180	Чай с лимоном и сахаром бпл	<i>Калорийность-25, Углеводы-6</i>	3-14
Итого за Полдник (1 и 2 смена)			89-88
Итого за день			191-50

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шуц Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова 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 (1 и 2 смена)</u>			
100	Салат из моркови с яблоками бпл пф	<i>Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7</i>	12-12
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	<i>Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12</i>	15-73
105/70	Гуляш из свинины бпл пф	<i>Калорийность-560, Белки-21, Жиры-50, Углеводы-6</i>	63-59
180	Рис с овощами бпл пф	<i>Калорийность-201, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31</i>	21-67
200	Компот из облепихи бпл	<i>Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7</i>	5-51
20	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10</i>	2-43
20	Хлеб бородинский бпл	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)			123-25
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
150	Запеканка из творога бпл	<i>Калорийность-301, Белки-30, Жиры-11, Углеводы-22</i>	77-45
35	Молоко сгущенное с сахаром бпл	<i>Калорийность-115, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19</i>	13-01
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	<i>Калорийность-28, Углеводы-7</i>	3-49
Итого за Полдник (1 и 2 смена)			93-95
Итого за день			217-20

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Ему Шаланова Е.Е.

Калькулятор НВ Брованова Н.В.



1-4 классы доп.питание Чапл.59/аллергия

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
270	Банан бпл	<i>Калорийность-258, Белки-4, Углеводы-60</i>	48-00
	Итого за	<i>Калорийность-258, Белки-4, Углеводы-60</i>	48-00
	Итого за день	<i>Калорийность-258, Белки-4, Углеводы-60</i>	48-00

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар А.С.Ш. Шаланова Е.Е.

Калькулятор М.В. Брованова Н.В.

