

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
100	Котлета из говядины бпл	Калорийность-295, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-16	74-91
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
28,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-47
Итого за Завтрак (1 смена)			110-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	20-34
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
150	Курица тушеная с морковью бпл пф	Калорийность-190, Белки-21, Жиры-9, Углеводы-7	51-82
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
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-46
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>			
45	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-10, Углеводы-2	12-71
100	Котлета из говядины бпл	Калорийность-295, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-16	74-91
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
28,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-49
Итого за Завтрак (1 смена)			123-60
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	33-90
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
150	Курица тушеная с морковью бпл пф	Калорийность-190, Белки-21, Жиры-9, Углеводы-7	51-82
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
20,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-50
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>			
25	Помидор в нарезке бпл	<i>Калорийность-5, Углеводы-1</i>	7-06
100	Котлета из говядины бпл	<i>Калорийность-295, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-16</i>	74-91
200	Каша перловая рассыпчатая бпл	<i>Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41</i>	14-83
200	Чай с молоком и сахаром бпл	<i>Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9</i>	5-56
21,5	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11</i>	2-64
Итого за Завтрак (1 смена)			105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Перец болгарский в нарезке бпл	<i>Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5</i>	33-90
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	<i>Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19</i>	11-83
100	Курица тушеная с морковью бпл пф	<i>Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4</i>	34-55
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
23	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11</i>	2-78
Итого за Обед (2 смена)			105-00
Итого за день			210-00
		<i>Калорийность-1 247, Белки-59, Жиры-41, Углеводы-176</i>	

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	Икра морковная бпл пф	<i>Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6</i>	8-04
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	<i>Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15</i>	9-46
100	Котлета из говядины бпл	<i>Калорийность-295, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-16</i>	74-91
35	Соус сметанный натуральный бпл	<i>Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2</i>	14-12
200	Каша гречневая рассыпчатая бпл	<i>Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48</i>	16-11
200	Компот из кураги бпл	<i>Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16</i>	7-44
31	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15</i>	3-79
20	Хлеб бородинский бпл	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)			136-07
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
300	Банан бпл	<i>Калорийность-287, Белки-5, Углеводы-67</i>	54-00*
200	Сок абрикосовый бпл	<i>Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25</i>	24-60
Итого за Полдник (1 и 2 смена)			78-60
Итого за день			214-67

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 (1 и 2 смена)</u>			
100	Икра морковная бпл пф	<i>Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10</i>	13-41
	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	<i>Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19</i>	11-83
100	Котлета из говядины бпл	<i>Калорийность-295, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-16</i>	74-91
30	Соус сметанный натуральный бпл	<i>Калорийность-56, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-2</i>	12-10
200	Каша гречневая рассыпчатая бпл	<i>Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48</i>	16-10
200	Компот из кураги бпл	<i>Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16</i>	7-44
25	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12</i>	3-07
20	Хлеб бородинский бпл	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		<i>Калорийность-984, Белки-39, Жиры-39, Углеводы-131</i>	141-06
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
300	Банан бпл	<i>Калорийность-287, Белки-5, Углеводы-67</i>	54-00 *
180	Сок абрикосовый бпл	<i>Калорийность-95, Белки-1, Углеводы-23</i>	22-14
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		<i>Калорийность-382, Белки-6, Углеводы-90</i>	76-14
Итого за день		<i>Калорийность-1 366, Белки-45, Жиры-39, Углеводы-221</i>	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)
-----------	--------------------	---	-------------------------

250 доп. Мандарины нач

59-50

Итого за

59-50

Итого за день

59-50

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
100	Котлета из говядины бпл	Калорийность-295, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-16	74-91
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
28,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-47
Итого за Завтрак (1 смена)			110-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	20-34
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл нф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
150	Курица тушеная с морковью бпл нф	Калорийность-190, Белки-21, Жиры-9, Углеводы-7	51-82
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
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-46
Итого за Обед (2 смена)			110-00
Итого за день			220-00
		Калорийность-1 322, Белки-66, Жиры-43, Углеводы-181	

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>			
45	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-10, Углеводы-2	12-71
100	Котлета из говядины бпл	Калорийность-295, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-16	74-91
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
28,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-49
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-729, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-84	123-60
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	33-90
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
150	Курица тушеная с морковью бпл пф	Калорийность-190, Белки-21, Жиры-9, Углеводы-7	51-82
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
20,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-50
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-686, Белки-39, Жиры-19, Углеводы-105	123-60
Итого за день		Калорийность-1 415, Белки-68, Жиры-49, Углеводы-189	247-20



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 (1 и 2 смена)</u>			
60	Икра морковная бпл пф	<i>Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6</i>	8-04
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	<i>Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15</i>	9-46
100	Котлета из говядины бпл	<i>Калорийность-295, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-16</i>	74-91
35	Соус сметанный натуральный бпл	<i>Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2</i>	14-12
200	Каша гречневая рассыпчатая бпл	<i>Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48</i>	16-11
200	Компот из кураги бпл	<i>Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16</i>	7-44
31	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15</i>	3-79
20	Хлеб бородинский бпл	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)			136-07
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
300	Банан бпл	<i>Калорийность-287, Белки-5, Углеводы-67</i>	54-00*
200	Сок абрикосовый бпл	<i>Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25</i>	24-60
Итого за Полдник (1 и 2 смена)			78-60
Итого за день			214-67

Директор _____ 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 (1 и 2 смена)</u>			
100	Икра морковная бпл пф	<i>Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10</i>	13-40
	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	<i>Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19</i>	11-83
100	Котлета из говядины бпл	<i>Калорийность-295, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-16</i>	74-91
50	Соус сметанный натуральный бпл	<i>Калорийность-93, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-3</i>	20-17
220	Каша гречневая рассыпчатая бпл	<i>Калорийность-343, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-53</i>	17-72
200	Компот из кураги бпл	<i>Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16</i>	7-44
41,5	Батон нарезной бпл	<i>Калорийность-98, Белки-3, Углеводы-21</i>	5-10
20	Хлеб бородинский бпл	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		<i>Калорийность-1 091, Белки-41, Жиры-43, Углеводы-146</i>	152-77
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
350	Банан бпл	<i>Калорийность-335, Белки-5, Углеводы-78</i>	63-00
200	Сок абрикосовый бпл	<i>Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25</i>	24-60
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		<i>Калорийность-441, Белки-6, Углеводы-103</i>	87-60
Итого за день		<i>Калорийность-1 532, Белки-47, Жиры-43, Углеводы-249</i>	240-37

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	Икра морковная бпл пф	<i>Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6</i>	8-04
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	<i>Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15</i>	9-46
100	Котлета из говядины бпл	<i>Калорийность-295, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-16</i>	74-91
30	Соус сметанный натуральный бпл	<i>Калорийность-56, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-2</i>	12-10
150	Каша гречневая рассыпчатая бпл	<i>Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36</i>	12-08
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 (1 и 2 смена)			128-86
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
225	Банан бпл	<i>Калорийность-215, Белки-3, Углеводы-50</i>	40-50 *
180	Сок абрикосовый бпл	<i>Калорийность-95, Белки-1, Углеводы-23</i>	22-14
Итого за Полдник (1 и 2 смена)			62-64
Итого за день			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 (1 и 2 смена)</u>			
100	Икра морковная бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-40
	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
100	Котлета из говядины бпл	Калорийность-295, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-16	74-91
30	Соус сметанный натуральный бпл	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-2	12-10
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	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	3-07
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)			141-06
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
300	Банан бпл	Калорийность-287, Белки-5, Углеводы-67	54-00 *
180	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-95, Белки-1, Углеводы-23	22-14
Итого за Полдник (1 и 2 смена)			76-14
Итого за день			217-20

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



1-4 классы доп.питание Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	--	-------------------------------

250 доп. Мандарины нач

59-50

Итого за

59-50

Итого за день

59-50

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

