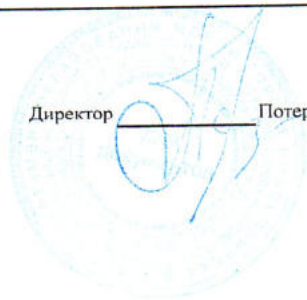


1-4 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	6-78
100	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	67-84
160	Макароньы отварные с сыром бпл	Калорийность-222, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-31	20-95
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
22,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-74
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-554, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-60	105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Горошек зеленый бпл	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	22-08
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-75
110	Шницель из курицы бпл	Калорийность-185, Белки-21, Жиры-5, Углеводы-15	43-83
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	15-31
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-38
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-696, Белки-34, Жиры-16, Углеводы-105	105-00
Итого за день		Калорийность-1 250, Белки-60, Жиры-39, Углеводы-165	210-00



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>			
30	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	6-78
120	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	81-44
160	Макароньы отварные с сыром бпл	Калорийность-222, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-31	20-95
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
22,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-74
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-596, Белки-29, Жиры-26, Углеводы-61	118-60
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Горошек зеленый бпл	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	22-08
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-75
110	Шницель из курицы бпл	Калорийность-185, Белки-21, Жиры-5, Углеводы-15	43-83
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	15-31
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-60
24,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	3-03
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-762, Белки-35, Жиры-16, Углеводы-120	118-60
Итого за день		Калорийность-1 358, Белки-64, Жиры-42, Углеводы-181	237-20

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>			
20	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-3, Углеводы-1	4-52
100	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	67-85
180	Макаронны отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-57
180	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-02
25	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	3-04
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-579, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-63	105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Горошек зеленый бпл	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	22-08
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-75
110	Шницель из курицы бпл	Калорийность-185, Белки-21, Жиры-5, Углеводы-15	43-83
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	15-31
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-38
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-696, Белки-34, Жиры-16, Углеводы-105	105-00
Итого за день		Калорийность-1 275, Белки-61, Жиры-40, Углеводы-168	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 свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	13-98
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-80
120	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	81-41
160	Макароньы отварные с сыром бпл	Калорийность-222, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-31	20-95
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
25,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	3-08
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-761, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-81	140-07
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	45-00
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-60
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	69-60
Итого за день		Калорийность-1134, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-170	209-67

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	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	23-30
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-75
110	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	74-63
180	Макароньы отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-57
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
28,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-50
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-829, Белки-35, Жиры-35, Углеводы-90	147-60
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	45-00
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-60
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	69-60
Итого за день		Калорийность-1 202, Белки-40, Жиры-35, Углеводы-179	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), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	6-78
100	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	67-43
160	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-222, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-31	20-95
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
25,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	3-15
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-561, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-62	105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Горошек зеленый бпл	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	22-08
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-75
110	Шницель из курицы бпл	Калорийность-185, Белки-21, Жиры-5, Углеводы-15	43-83
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	15-31
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-38
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-696, Белки-34, Жиры-16, Углеводы-105	105-00
Итого за день		Калорийность-1 257, Белки-60, Жиры-39, Углеводы-167	210-00

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), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	6-78
120	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	80-92
160	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-222, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-31	20-95
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
26,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-26
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-605, Белки-29, Жиры-26, Углеводы-63	118-60
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Горошек зеленый бпл	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	22-08
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-75
110	Шницель из курицы бпл	Калорийность-185, Белки-21, Жиры-5, Углеводы-15	43-83
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	15-31
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-60
24,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	3-03
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-762, Белки-35, Жиры-16, Углеводы-120	118-60
Итого за день		Калорийность-1 367, Белки-64, Жиры-42, Углеводы-183	237-20

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)
Завтрак (1 смена)			
60	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-2	13-56
130	Биточек рубленый куриный бпл пф	Калорийность-179, Белки-21, Жиры-4, Углеводы-15	38-45
160	Макароньы отварные с растительным маслом бпл	Калорийность-210, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-35	3-77
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
19,5	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-13
300	Банан бпл	Калорийность-287, Белки-5, Углеводы-67	54-00
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-789, Белки-34, Жиры-9, Углеводы-142	118-60
Итого за день		Калорийность-789, Белки-34, Жиры-9, Углеводы-142	118-60

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	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-3, Углеводы-1	4-52
100	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	67-43
180	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-57
180	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-02
28,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-46
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-588, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-65	105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Горошек зеленый бпл	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	22-08
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-75
110	Шницель из курицы бпл	Калорийность-185, Белки-21, Жиры-5, Углеводы-15	43-83
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	15-31
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-38
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-696, Белки-34, Жиры-16, Углеводы-105	105-00
Итого за день		Калорийность-1 284, Белки-61, Жиры-40, Углеводы-170	210-00

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Евгений Шаланова Е.Е.

Калькулятор Н.В. 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 свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	13-98
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-80
120	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	80-92
160	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-222, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-31	20-95
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-57
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-768, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-82	140-07
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	45-00
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-60
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	69-60
Итого за день		Калорийность-1 141, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-171	209-67
Директор	Потеряева Л.В.	Шеф-повар <u>Шаланова Е.Е.</u>	Калькулятор <u>Брованова Н.В.</u>

ОВЗ и инв. 1-4 классы от 12 лет Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	23-30
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-75
140	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-293, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-3	94-40
180	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-57
180	Компот из брусники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	9-58
24,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-97
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-879, Белки-39, Жиры-40, Углеводы-87	165-77
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	45-00
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-60
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	69-60
Итого за день		Калорийность-1 252, Белки-44, Жиры-40, Углеводы-176	235-37

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), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	13-98
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-80
100	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	67-43
150	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	19-64
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-66
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-696, Белки-31, Жиры-30, Углеводы-76	124-36
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	45-00
180	Сок персиковый бпл	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	22-14
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-360, Белки-5, Углеводы-86	67-14
Итого за день		Калорийность-1 056, Белки-36, Жиры-30, Углеводы-162	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	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	23-30
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-75
110	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	74-17
180	Макароньы отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-57
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
32,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	3-96
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-838, Белки-36, Жиры-35, Углеводы-92	147-60
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	45-00
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-60
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	69-60
Итого за день		Калорийность-1 211, Белки-41, Жиры-35, Углеводы-181	217-20

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.