

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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-1	11-34
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	80-16
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-09
37,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	4-41
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-854, Белки-29, Жиры-56, Углеводы-58	105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	18-62
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-81
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-362, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-30	47-75
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	5-04
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	11-12
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-48
27	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-18
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-784, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-97	105-00
Итого за день		Калорийность-1 638, Белки-48, Жиры-81, Углеводы-155	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>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	22-69
230/115	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-759, Белки-27, Жиры-58, Углеводы-32	83-80
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-09
25,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	3-02
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-866, Белки-30, Жиры-58, Углеводы-55	118-60
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	31-04
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-81
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-362, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-30	47-75
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	5-04
160	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-33	11-87
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-48
30,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	3-61
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-815, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-103	118-60
Итого за день		Калорийность-1 681, Белки-50, Жиры-84, Углеводы-158	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>			
30	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-1	11-34
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	80-16
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	9-09
37,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	4-41
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-854, Белки-29, Жиры-56, Углеводы-58	105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
45	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-10, Углеводы-2	13-97
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-26
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-362, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-30	47-75
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	5-04
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	13-35
180	Компот из клубники бпл	Калорийность-26, Углеводы-7	4-94
22,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-69
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-833, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-105	105-00
Итого за день		Калорийность-1 687, Белки-48, Жиры-83, Углеводы-163	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	Икра свекольная бпл пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-59
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-81
230/115	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-759, Белки-27, Жиры-58, Углеводы-32	83-80
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-48
31,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	3-69
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 081, Белки-33, Жиры-67, Углеводы-83	116-57
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-41
40	Батон нарезной бпл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-73
300	Апельсин бпл	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24	52-85
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-377, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-50	93-10
Итого за день		Калорийность-1 458, Белки-48, Жиры-80, Углеводы-133	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	Икра свекольная бпл пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	12-65
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	17-26
230/115	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-759, Белки-27, Жиры-58, Углеводы-32	83-80
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-48
23	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-71
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 134, Белки-34, Жиры-71, Углеводы-86	124-10
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-41
40	Батон нарезной бпл	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-73
300	Апельсин бпл	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24	52-85
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-377, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-50	93-10
Итого за день		Калорийность-1 511, Белки-49, Жиры-84, Углеводы-136	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>			
55	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	21-39
230/115	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-759, Белки-27, Жиры-58, Углеводы-32	71-33
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-86
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-42
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-872, Белки-30, Жиры-58, Углеводы-56	105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	18-44
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-44
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-362, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-30	47-82
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	5-04
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	11-12
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-60
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-54
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-791, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-99	105-00
Итого за день		Калорийность-1 663, Белки-49, Жиры-83, Углеводы-155	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), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	23-33
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	68-23
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-86
25	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-92
100	Яблоко бпл	Калорийность-44, Углеводы-10	15-26
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-875, Белки-29, Жиры-56, Углеводы-63	118-60
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	30-73
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-44
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-362, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-30	47-82
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	5-04
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	13-35
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-60
22,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-62
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-821, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-103	118-60
Итого за день		Калорийность-1 696, Белки-49, Жиры-82, Углеводы-166	237-20

Директор  Потерева 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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	23-33
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	68-23
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-86
26,5	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-53, Белки-2, Углеводы-11	2-92
100	Яблоко бпл	Калорийность-44, Углеводы-10	15-26
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-869, Белки-29, Жиры-56, Углеводы-62	118-60
Итого за день		Калорийность-869, Белки-29, Жиры-56, Углеводы-62	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>			
55	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	21-39
230/115	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-759, Белки-27, Жиры-58, Углеводы-32	71-33
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-86
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-42
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-872, Белки-30, Жиры-58, Углеводы-56	105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
45	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-10, Углеводы-2	13-83
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-81
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-362, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-30	47-82
25	Соус сметанный бпл	Калорийность-23, Жиры-2, Углеводы-1	5-04
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	13-35
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-60
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-55
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-834, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-105	105-00
Итого за день		Калорийность-1 706, Белки-49, Жиры-85, Углеводы-161	210-00

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 свекольная бпл пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-59
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-44
230/115	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-759, Белки-27, Жиры-58, Углеводы-32	71-33
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-60
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-51
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 058, Белки-33, Жиры-67, Углеводы-78	102-67
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-41
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-52
300	Апельсин бпл	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24	51-43
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-317, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-45	81-94
<u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u>			
200	доп. Сок нач		25-06
Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)			25-06
Итого за день		Калорийность-1 375, Белки-45, Жиры-77, Углеводы-123	209-67

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шала Шаланова Е.Е.

Калькулятор Бро 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 свекольная бпл пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	12-65
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-81
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	68-23
180	Компот из клубники бпл	Калорийность-26, Углеводы-7	5-04
17,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	2-16
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 086, Белки-32, Жиры-69, Углеводы-83	107-09
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-41
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-52
300	Апельсин бпл	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24	51-43
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-317, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-45	81-94
<u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u>			
200	доп. Коктейль ФрутоНяня нач		46-34
Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)			46-34
Итого за день		Калорийность-1 403, Белки-44, Жиры-79, Углеводы-128	235-37

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 свекольная бпл пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	12-65
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-81
230/115	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-759, Белки-27, Жиры-58, Углеводы-32	71-33
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-60
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-37
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 127, Белки-34, Жиры-71, Углеводы-85	110-96
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-58
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-41
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-52
300	Апельсин бпл	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24	51-43
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-317, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-45	81-94
<u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u>			
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-30
Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)		Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-30
Итого за день		Калорийность-1 550, Белки-47, Жиры-81, Углеводы-155	217-20

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.