

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>			
80	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	35-86
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	65-64
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-85
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-25
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-844, Белки-29, Жиры-56, Углеводы-56	113-60
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	31-61
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-30
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	43-21
30	Соус сметанный бпл	Калорийность-28, Жиры-2, Углеводы-1	5-56
160	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-33	11-00
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-48
29,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-44
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-781, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-100	113-60
Итого за день		Калорийность-1 625, Белки-48, Жиры-81, Углеводы-156	227-20



Директор

Григорьева 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>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	26-90
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	65-64
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-85
30,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	3-61
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-845, Белки-29, Жиры-56, Углеводы-56	105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	18-96
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-62
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	43-21
30	Соус сметанный бпл	Калорийность-28, Жиры-2, Углеводы-1	5-56
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	12-37
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-48
24	Батон нарезной бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-80
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-810, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-103	105-00
Итого за день		Калорийность-1 655, Белки-48, Жиры-82, Углеводы-159	210-00



Директор _____ Петеряева 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	13-14
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-62
210/105	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-693, Белки-24, Жиры-53, Углеводы-29	62-65
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-48
34,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	4-05
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 096, Белки-32, Жиры-66, Углеводы-89	104-14
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	16-17
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-35
275	Апельсин бпл	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22	46-95
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-250, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38	66-87
<u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u>			
200	Коктейль молочный бпл		46-19
Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)			46-19
Итого за день		Калорийность-1 346, Белки-41, Жиры-73, Углеводы-127	217-20



Директор

Целестерева 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)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

180 доп. Мандарины нач

39-14

Итого за

39-14

Итого за день

39-14

Директор



Игорьева 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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2	20-27
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	67-48
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	8-82
29,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-43
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-839, Белки-29, Жиры-56, Углеводы-55	100-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	18-95
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-29
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	43-23
30	Соус сметанный бпл	Калорийность-28, Жиры-2, Углеводы-1	5-59
150	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	10-38
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-48
26,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-08
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-753, Белки-18, Жиры-24, Углеводы-94	100-00
Итого за день		Калорийность-1 592, Белки-47, Жиры-80, Углеводы-149	200-00



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2	20-27
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	67-48
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	7-94
22,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-62
100	Яблоко бпл	Калорийность-44, Углеводы-10	15-29
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-864, Белки-29, Жиры-56, Углеводы-60	113-60
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	31-58
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-29
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	43-23
30	Соус сметанный бпл	Калорийность-28, Жиры-2, Углеводы-1	5-59
160	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-33	11-07
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-48
28,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-36
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-779, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-99	113-60
Итого за день		Калорийность-1 643, Белки-48, Жиры-81, Углеводы-159	227-20

Директор _____ Л.В.

Шеф-повар Е.Е. Шаланова Е.Е.

Калькулятор Н.В. 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)			
45	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2	20-27
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	67-48
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	7-94
24	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	2-62
100	Яблоко бпл	Калорийность-44, Углеводы-10	15-29
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-858, Белки-29, Жиры-56, Углеводы-59	113-60
Итого за день		Калорийность-858, Белки-29, Жиры-56, Углеводы-59	113-60



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>			
60	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	27-02
220/110	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-726, Белки-26, Жиры-56, Углеводы-31	67-48
180	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-6	7-94
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-56
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-821, Белки-29, Жиры-56, Углеводы-51	105-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	18-95
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-62
90	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-326, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-27	43-23
30	Соус сметанный бпл	Калорийность-28, Жиры-2, Углеводы-1	5-59
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	12-45
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-48
23	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-68
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-808, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-102	105-00
Итого за день		Калорийность-1 629, Белки-48, Жиры-82, Углеводы-153	210-00



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	7-82
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-29
200/100	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-660, Белки-23, Жиры-51, Углеводы-28	61-35
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	5-48
25	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-94
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-966, Белки-29, Жиры-60, Углеводы-75	93-08
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	16-42
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-35
265	Апельсин бпл	Калорийность-100, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	45-07
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-246, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-37	65-24
<u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u>			
200	Коктейль молочный бпл		46-35
Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)			46-35
Итого за день		Калорийность-1 212, Белки-38, Жиры-67, Углеводы-112	204-67

Директор _____ Потеряева И.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 (1 и 2 смена)</u>			
100	Икра свекольная бпл пф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	13-03
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-62
230/115	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-759, Белки-27, Жиры-58, Углеводы-32	70-55
180	Компот из клубники бпл	Калорийность-26, Углеводы-7	4-93
28	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-29
40	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-40
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 182, Белки-36, Жиры-72, Углеводы-97	112-82
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	16-42
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-35
300	Апельсин бпл	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24	51-03
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-259, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-40	71-20
<u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u>			
200	Коктейль молочный бпл		46-35
Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)			46-35
Итого за день		Калорийность-1 441, Белки-46, Жиры-79, Углеводы-137	230-37

Директор _____ Потрясова 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 свекольная бпл пф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-82
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	13-29
170/85	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-561, Белки-20, Жиры-43, Углеводы-24	52-15
180	Компот из клубники бпл	Калорийность-26, Углеводы-7	4-93
17,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	2-07
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-847, Белки-25, Жиры-52, Углеводы-68	82-46
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	16-42
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-35
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	42-52
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-241, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-36	62-69
<u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u>			
200	Коктейль молочный бпл		46-35
Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)			46-35
Итого за день		Калорийность-1 088, Белки-34, Жиры-59, Углеводы-104	191-50



Директор Цегеряева 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), витаминны (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	13-03
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	16-62
210/105	Жаркое со свиной бпл пф	Калорийность-693, Белки-24, Жиры-53, Углеводы-29	64-42
180	Компот из клубники бпл	Калорийность-26, Углеводы-7	4-93
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-1 065, Белки-31, Жиры-66, Углеводы-83	103-91
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	16-42
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-35
275	Апельсин бпл	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22	46-77
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-250, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38	66-94
<u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u>			
200	Коктейль молочный бпл		46-35
Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)			46-35
Итого за день		Калорийность-1 315, Белки-40, Жиры-73, Углеводы-121	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)
180	доп. Мандарины нач		39-14
Итого за			39-14
Итого за день			39-14

Директор



Петеряева Л.В.

Шеф-повар

Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Н.В.

Брованова Н.В.