

# 1-4 классы Сов.63

| Выход (г)                           | Наименование блюда                             | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------------------|--|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>   |  |  |                               |
| 40                                  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>        | Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12   | 32-34                         |
| 200                                 | <b>Каша жидкая молочная рисовая бпл</b>        | Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29                                 | 22-72                         |
| 180                                 | <b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>           | Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20                                 | 19-63                         |
| 150                                 | <b>Яблоко бпл</b>                              | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15                                  | 22-94                         |
| 20,5                                | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10  | 2-37                          |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |  | Калорийность-564, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-74                               | <b>100-00</b>                 |
| <b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>      |  |  |                               |
| 60                                  | <b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>   | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4                                   | 8-38                          |
| 200                                 | <b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b> | Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5                                   | 9-96                          |
| 55                                  | <b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>            | Калорийность-118, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7                                  | 57-51                         |
| 35                                  | <b>Соус белый основной бпл пф</b>              | Калорийность-22, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2                                   | 5-25                          |
| 180                                 | <b>Макароны отварные бпл</b>                   | Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39                                 | 11-83                         |
| 180                                 | <b>Компот из облепихи бпл</b>                  | Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7  | 4-93                          |
| 18,5                                | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9   | 2-14                          |
| <b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>    |  | Калорийность-595, Белки-20, Жиры-24, Углеводы-73                               | <b>100-00</b>                 |
| <b>Итого за день</b>                |  | Калорийность-1 159, Белки-40, Жиры-45, Углеводы-147                            | <b>200-00</b>                 |

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) |
|-------------------------------------|--|---|-------------------------|
| <b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>   |  |   |                         |
| 40                                  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>        | Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12  | <b>32-34</b>            |
| 220                                 | <b>Каша жидкая молочная рисовая бпл</b>        | Калорийность-203, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32                              | <b>24-99</b>            |
| 10                                  | <b>Масло сливочное (порциями) бпл</b>          | Калорийность-75, Жиры-8   | <b>10-58</b>            |
| 180                                 | <b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>           | Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20                              | <b>19-63</b>            |
| 150                                 | <b>Яблоко бпл</b>                              | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15                               | <b>22-94</b>            |
| 26,5                                | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13                                       | <b>3-12</b>             |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |  | Калорийность-671, Белки-21, Жиры-30, Углеводы-80                            | <b>113-60</b>           |
| <b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>      |  |   |                         |
| 100                                 | <b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>   | Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7                               | <b>13-97</b>            |
| 250                                 | <b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b> | Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7                                | <b>12-45</b>            |
| 55                                  | <b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>            | Калорийность-118, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7                               | <b>57-51</b>            |
| 35                                  | <b>Соус белый основной бпл пф</b>              | Калорийность-22, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2                                | <b>5-25</b>             |
| 200                                 | <b>Макароны отварные бпл</b>                   | Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44                              | <b>13-14</b>            |
| 200                                 | <b>Компот из облепихи бпл</b>                  | Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7   | <b>5-48</b>             |
| 49,5                                | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25                                      | <b>5-80</b>             |
| <b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>    |  | Калорийность-760, Белки-24, Жиры-30, Углеводы-99                            | <b>113-60</b>           |
| <b>Итого за день</b>                |  | Калорийность-1 431, Белки-45, Жиры-60, Углеводы-179                         | <b>227-20</b>           |



Индекс документов \_\_\_\_\_  
 Подпись \_\_\_\_\_  
 Петряева 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) |
|-------------------------------------|--|---|-------------------------|
| <b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>   |  |   |                         |
| 40                                  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>        | Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12  | 32-34                   |
| 220                                 | <b>Каша жидкая молочная рисовая бпл</b>        | Калорийность-203, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32                              | 24-99                   |
| 200                                 | <b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>           | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22                              | 21-81                   |
| 150                                 | <b>Яблоко бпл</b>                              | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15                               | 22-94                   |
| 25                                  | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12                                       | 2-92                    |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |  | Калорийность-605, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-81                            | <b>105-00</b>           |
| <b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>      |  |   |                         |
| 60                                  | <b>Винегрет с растительным маслом бпл нф</b>   | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4                                | 8-38                    |
| 250                                 | <b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл нф</b> | Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7                                | 12-45                   |
| 55                                  | <b>Тефтели рыбные (кета) бпл нф</b>            | Калорийность-118, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7                               | 57-51                   |
| 35                                  | <b>Соус белый основной бпл нф</b>              | Калорийность-22, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2                                | 5-25                    |
| 200                                 | <b>Макароны отварные бпл</b>                   | Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44                              | 13-14                   |
| 200                                 | <b>Компот из облепихи бпл</b>                  | Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7   | 5-48                    |
| 23,5                                | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12                                       | 2-79                    |
| <b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>    |  | Калорийность-654, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-83                            | <b>105-00</b>           |
| <b>Итого за день</b>                |  | Калорийность-1 259, Белки-43, Жиры-48, Углеводы-164                         | <b>210-00</b>           |



Директор Потегарева Л.В.

Шеф-повар Котомчина Т.А.

Котомчина Т.А.

Калькулятор Брованова Н.В.

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) |
|---|--|---|-------------------------|
| <b><u>Комплекс (1 и 2 смена)</u></b>        |  |   |                         |
| 60  | <b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>   | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4                                | <b>8-38</b>             |
| 200   | <b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b> | Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5                                | <b>9-96</b>             |
| 55  | <b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>            | Калорийность-118, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7                               | <b>57-51</b>            |
| 35  | <b>Соус белый основной бпл пф</b>              | Калорийность-22, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2                                | <b>5-25</b>             |
| 150   | <b>Макароны отварные бпл</b>                   | Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33                              | <b>9-85</b>             |
| 200   | <b>Компот из облепихи бпл</b>                  | Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7   | <b>5-48</b>             |
| 35  | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17                                       | <b>4-13</b>             |
| 20  | <b>Хлеб бородинский бпл</b>                    | Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8  | <b>2-20</b>             |
| <b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>      |  | Калорийность-637, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-83                            | <b>102-76</b>           |
| <b><u>Полдник (1 и 2 смена)</u></b>         |  |   |                         |
| 30  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>        | Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9   | <b>24-25</b>            |
| 200   | <b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>           | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22                              | <b>21-81</b>            |
| 30  | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15                                       | <b>3-52</b>             |
| 150   | <b>Яблоко бпл</b>                              | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15                               | <b>22-94</b>            |
| <b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>       |  | Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52                            | <b>72-52</b>            |
| <b><u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u></b>   |  |   |                         |
| 200   | <b>Сок абрикосовый бпл</b>                     | Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25                                      | <b>29-39</b>            |
| <b>Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)</b> |  | Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25                                      | <b>29-39</b>            |
| <b>Итого за день</b>                        |  | Калорийность-1120, Белки-36, Жиры-36, Углеводы-160                          | <b>204-67</b>           |

Директор \_\_\_\_\_ Петержева 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) |
|---|--|---|-------------------------|
| <b><u>Комплекс (1 и 2 смена)</u></b>        |  |   |                         |
| 100   | <b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>   | Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7                               | <b>13-97</b>            |
| 250   | <b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b> | Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7                                | <b>12-45</b>            |
| 55  | <b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>            | Калорийность-118, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7                               | <b>57-51</b>            |
| 35  | <b>Соус белый основной бпл пф</b>              | Калорийность-22, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2                                | <b>5-25</b>             |
| 220   | <b>Макароны отварные бпл</b>                   | Калорийность-289, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-48                              | <b>14-46</b>            |
| 180   | <b>Чай с клюквой и сахаром бпл</b>             | Калорийность-26, Углеводы-6   | <b>6-74</b>             |
| 23  | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11                                       | <b>2-71</b>             |
| 20  | <b>Хлеб бородинский бпл</b>                    | Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8  | <b>2-20</b>             |
| <b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>      |  | Калорийность-751, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-96                            | <b>115-29</b>           |
| <b><u>Полдник (1 и 2 смена)</u></b>         |  |   |                         |
| 30  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>        | Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9   | <b>24-25</b>            |
| 200   | <b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>           | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22                              | <b>21-81</b>            |
| 30  | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15                                       | <b>3-52</b>             |
| 150   | <b>Яблоко бпл</b>                              | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15                               | <b>22-94</b>            |
| <b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>       |  | Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52                            | <b>72-52</b>            |
| <b><u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u></b>   |  |   |                         |
| 200   | <b>Сок абрикосовый бпл</b>                     | Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25                                      | <b>29-39</b>            |
| <b>Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)</b> |  | Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25                                      | <b>29-39</b>            |
| <b>Итого за день</b>                        |  | Калорийность-1 234, Белки-38, Жиры-42, Углеводы-173                         | <b>217-20</b>           |



Директор \_\_\_\_\_

Полтерьева 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) |
|-------------------------------------|--|---|-------------------------|
| <b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>   |  |   |                         |
| 40                                  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>        | Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12  | 32-84                   |
| 200                                 | <b>Каша жидкая молочная рисовая бпл</b>        | Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29                              | 22-78                   |
| 180                                 | <b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>           | Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20                              | 19-64                   |
| 145                                 | <b>Яблоко бпл</b>                              | Калорийность-64, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14                               | 22-17                   |
| 22                                  | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11                                       | 2-57                    |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |  | Калорийность-564, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-74                            | <b>100-00</b>           |
| <b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>      |  |   |                         |
| 60                                  | <b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>   | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4                                | 8-37                    |
| 200                                 | <b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b> | Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5                                | 9-90                    |
| 55                                  | <b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>            | Калорийность-118, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7                               | 57-56                   |
| 35                                  | <b>Соус белый основной бпл пф</b>              | Калорийность-22, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2                                | 5-26                    |
| 170                                 | <b>Макароны отварные бпл</b>                   | Калорийность-223, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-37                              | 11-24                   |
| 180                                 | <b>Компот из облепихи бпл</b>                  | Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7   | 4-93                    |
| 23,5                                | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12                                       | 2-74                    |
| <b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>    |  | Калорийность-593, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-74                            | <b>100-00</b>           |
| <b>Итого за день</b>                |  | Калорийность-1 157, Белки-41, Жиры-45, Углеводы-148                         | <b>200-00</b>           |



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

*С.С.*

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) |
|-------------------------------------|--|---|-------------------------|
| <b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>   |  |   |                         |
| 40                                  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>        | Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12  | <b>32-84</b>            |
| 220                                 | <b>Каша жидкая молочная рисовая бпл</b>        | Калорийность-203, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32                              | <b>25-06</b>            |
| 10                                  | <b>Масло сливочное (порциями) бпл</b>          | Калорийность-75, Жиры-8   | <b>10-67</b>            |
| 180                                 | <b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>           | Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20                              | <b>19-64</b>            |
| 150                                 | <b>Яблоко бпл</b>                              | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15                               | <b>22-94</b>            |
| 21                                  | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10                                       | <b>2-45</b>             |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |  | Калорийность-657, Белки-21, Жиры-30, Углеводы-77                            | <b>113-60</b>           |
| <b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>      |  |   |                         |
| 100                                 | <b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>   | Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7                               | <b>13-96</b>            |
| 250                                 | <b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b> | Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7                                | <b>12-38</b>            |
| 55                                  | <b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>            | Калорийность-118, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7                               | <b>57-56</b>            |
| 35                                  | <b>Соус белый основной бпл пф</b>              | Калорийность-22, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2                                | <b>5-26</b>             |
| 200                                 | <b>Макароны отварные бпл</b>                   | Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44                              | <b>13-22</b>            |
| 200                                 | <b>Компот из облепихи бпл</b>                  | Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7   | <b>5-48</b>             |
| 49                                  | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-115, Белки-4, Углеводы-24                                      | <b>5-74</b>             |
| <b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>    |  | Калорийность-758, Белки-24, Жиры-30, Углеводы-98                            | <b>113-60</b>           |
| <b>Итого за день</b>                |  | Калорийность-1 415, Белки-45, Жиры-60, Углеводы-175                         | <b>227-20</b>           |



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) |
|-------------------------------------|---|---|-------------------------|
| <b>Завтрак ( 1 смена )</b>          |   |   |                         |
| 25                                  | <b>Помидор в нарезке бпл</b>                                | Калорийность-5, Углеводы-1  | 7-89                    |
| 75                                  | <b>Рыба тушеная в томате с овощами (кета) бпл пф</b>        | Калорийность-143, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-5                              | 92-73                   |
| 180                                 | <b>Каша гречневая рассыпчатая с растительным маслом бпл</b> | Калорийность-297, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-43                            | 6-26                    |
| 200                                 | <b>Чай с сахаром бпл</b>                                    | Калорийность-27, Углеводы-6   | 1-40                    |
| 50                                  | <b>Булочка с маком бпл</b>                                  | Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27                              | 2-63                    |
| 24,5                                | <b>Хлеб бородинский бпл</b>                                 | Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10                                       | 2-69                    |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |   | Калорийность-660, Белки-28, Жиры-19, Углеводы-92                            | <b>113-60</b>           |
| <b>Итого за день</b>                |   | Калорийность-660, Белки-28, Жиры-19, Углеводы-92                            | <b>113-60</b>           |



Петеряева Л.В.

Шеф-повар

*Е.Е. Шаланова*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В. Брованова*

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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб)                      |
|---|--|--|--|
| <b><u>Комплекс (1 и 2 смена)</u></b>        |  |  |  |
| 60  | <b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>   | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4                                   | 8-37   |
| 200   | <b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b> | Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5                                   | 9-90   |
| 55  | <b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>            | Калорийность-118, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7                                  | 57-56  |
| 35  | <b>Соус белый основной бпл пф</b>              | Калорийность-22, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2                                   | 5-26   |
| 150   | <b>Макароны отварные бпл</b>                   | Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33                                 | 9-92   |
| 200   | <b>Компот из облепихи бпл</b>                  | Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7  | 5-48   |
| 30,5  | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15  | 3-54   |
| 20  | <b>Хлеб бородинский бпл</b>                    | Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8   | 2-20   |
| <b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>      |  |  | <b>102-23</b>                                      |
|   |  |  | Калорийность-628, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-81   |
| <b><u>Полдник (1 и 2 смена)</u></b>         |  |  |  |
| 30  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>        | Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9  | 24-63  |
| 200   | <b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>           | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22                                 | 21-82  |
| 30  | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15  | 3-52   |
| 150   | <b>Яблоко бпл</b>                              | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15                                  | 22-94  |
| <b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>       |  |  | <b>72-91</b>                                       |
|   |  |  | Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52   |
| <b><u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u></b>   |  |  |  |
| 200   | <b>Сок абрикосовый бпл</b>                     | Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25   | 29-53  |
| <b>Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)</b> |  |  | <b>29-53</b>                                       |
|   |  |  | Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25             |
| <b>Итого за день</b>                        |  |  | <b>204-67</b>                                      |
|   |  |  | Калорийность-1111, Белки-35, Жиры-36, Углеводы-158 |

Директор \_\_\_\_\_  
 Для документа № \_\_\_\_\_  
 Петрова Л.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) |
|-----------|--------------------|---|-------------------------|
|-----------|--------------------|---|-------------------------|

**Комплекс (1 и 2 смена)**

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| 100                                    | <b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>   | Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7  | 13-96  |
| 250                                    | <b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b> | Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7   | 12-38  |
| 55                                     | <b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>            | Калорийность-118, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7  | 57-56  |
| 35                                     | <b>Соус белый основной бпл пф</b>              | Калорийность-22, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2   | 5-26   |
| 180                                    | <b>Макароны отварные бпл</b>                   | Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39 | 11-90  |
| 200                                    | <b>Чай с клюквой и сахаром бпл</b>             | Калорийность-29, Углеводы-7                    | 7-51   |
| 21,5                                   | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11          | 2-51   |
| 20                                     | <b>Хлеб бородинский бпл</b>                    | Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8           | 2-20   |
| <b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b> |  |  | <b>113-28</b>                                    |
|  |  |  | Калорийность-699, Белки-22, Жиры-28, Углеводы-88 |

**Полдник (1 и 2 смена)**

|                                       |   |  |  |
|---------------------------------------|---|--|--|
| 30                                    | <b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b> | Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9              | 24-63  |
| 180                                   | <b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>    | Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20 | 19-64  |
| 30                                    | <b>Батон нарезной бпл</b>               | Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15          | 3-52   |
| 150                                   | <b>Яблоко бпл</b>                       | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15  | 22-94  |
| <b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b> |   |  | <b>70-73</b>                                     |
|                                       |   |  | Калорийность-364, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-50 |

**Дополнительно (1 и 2 смена)**

|   |                              |  |              |
|---|------------------------------|--|--------------|
| 200   | <b>Коктейль молочный бпл</b> |  | 46-36        |
| <b>Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)</b> |                              |  | <b>46-36</b> |

**Итого за день** Калорийность-1 063, Белки-35, Жиры-41, Углеводы-138 **230-37**



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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-----------|--------------------|--|-------------------------------|
|-----------|--------------------|--|-------------------------------|

### Комплекс (1 и 2 смена)

|  |  |  |        |
|--|--|--|--------|
| 60                                     | <b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>   | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4     | 8-37   |
| 200                                    | <b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b> | Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5     | 9-90   |
| 55                                     | <b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>            | Калорийность-118, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7    | 57-56  |
| 35                                     | <b>Соус белый основной бпл пф</b>              | Калорийность-22, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2     | 5-26   |
| 160                                    | <b>Макароны отварные бпл</b>                   | Калорийность-210, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-35   | 10-58  |
| 200                                    | <b>Компот из облепихи бпл</b>                  | Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7              | 5-48   |
| 32,5                                   | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16            | 3-79   |
| 20                                     | <b>Хлеб бородинский бпл</b>                    | Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8             | 2-20   |
| <b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b> |  | Калорийность-645, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-84 | 103-14 |

### Полдник (1 и 2 смена)

|                                       |   |  |       |
|---------------------------------------|---|--|-------|
| 15                                    | <b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b> | Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4               | 12-31 |
| 200                                   | <b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>    | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 21-82 |
| 15                                    | <b>Батон нарезной бпл</b>               | Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7           | 1-76  |
| 150                                   | <b>Яблоко бпл</b>                       | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15  | 22-94 |
| <b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b> |   | Калорийность-289, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-44 | 58-83 |

### Дополнительно (1 и 2 смена)

|   |                            |   |        |
|---|----------------------------|---|--------|
| 200   | <b>Сок абрикосовый бпл</b> | Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25              | 29-53  |
| <b>Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)</b> |                            | Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25              | 29-53  |
| <b>Итого за день</b>                        |                            | Калорийность-1 040, Белки-32, Жиры-31, Углеводы-153 | 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)                          |
|--|--|---|--|
| <b>Комплекс (1 и 2 смена)</b>          |  |   |  |
| 100                                    | <b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>   | Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7                               | 13-96  |
| 250                                    | <b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b> | Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7                                | 12-38  |
| 55                                     | <b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>            | Калорийность-118, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7                               | 57-56  |
| 35                                     | <b>Соус белый основной бпл пф</b>              | Калорийность-22, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2                                | 5-26   |
| 200                                    | <b>Макароны отварные бпл</b>                   | Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44                              | 13-22  |
| 200                                    | <b>Чай с клюквой и сахаром бпл</b>             | Калорийность-29, Углеводы-7   | 7-51   |
| 22,5                                   | <b>Батон нарезной бпл</b>                      | Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11                                       | 2-67   |
| 20                                     | <b>Хлеб бородинский бпл</b>                    | Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8  | 2-20   |
| <b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b> |  |   | <b>114-76</b>                                    |
|  |  |   | Калорийность-727, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-93 |

### Полдник (1 и 2 смена)

|                                       |   |  |  |
|---------------------------------------|---|--|--|
| 30                                    | <b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b> | Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9              | 24-63  |
| 200                                   | <b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>    | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 21-82  |
| 30                                    | <b>Батон нарезной бпл</b>               | Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15          | 3-52   |
| 150                                   | <b>Яблоко бпл</b>                       | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15  | 22-94  |
| <b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b> |   |  | <b>72-91</b>                                     |
|                                       |   |  | Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52 |

### Дополнительно (1 и 2 смена)

|   |                            |  |   |
|---|----------------------------|--|---|
| 200   | <b>Сок абрикосовый бпл</b> | Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25 | 29-53   |
| <b>Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)</b> |                            |  | <b>29-53</b>  |
|   |                            |  | Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25              |
| <b>Итого за день</b>                        |                            |  | <b>217-20</b>                                       |
|   |                            |  | Калорийность-1 210, Белки-37, Жиры-42, Углеводы-170 |



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Блаж Шаланова Е.Е.

Калькулятор Бр Брованова Н.В.