

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>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
60/40	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-320, Белки-12, Жиры-29, Углеводы-4	42-30
200	Рис с овощами бпл пф	Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	22-24
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-44
24,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-91
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-774, Белки-27, Жиры-49, Углеводы-58	105-00
Итого за день		Калорийность-774, Белки-27, Жиры-49, Углеводы-58	105-00



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 моркови с яблоками бпл пф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	11-54
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	14-72
78/52	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-416, Белки-16, Жиры-37, Углеводы-5	54-99
200	Рис с овощами бпл пф	Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	22-24
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-49
37	Батон нарезной бпл	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	4-37
40	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-40
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 082, Белки-29, Жиры-63, Углеводы-100	117-75
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
150	Запеканка из творога бпл	Калорийность-301, Белки-30, Жиры-11, Углеводы-22	77-42
50	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	18-59
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-44
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-493, Белки-34, Жиры-15, Углеводы-57	99-45
Итого за день		Калорийность-1 575, Белки-63, Жиры-78, Углеводы-157	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>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
75/50	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-400, Белки-15, Жиры-36, Углеводы-4	40-45
170	Рис с овощами бпл пф	Калорийность-190, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29	18-81
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-43
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-20
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-827, Белки-30, Жиры-54, Углеводы-54	100-00
Итого за день		Калорийность-827, Белки-30, Жиры-54, Углеводы-54	100-00



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>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
90/60	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-480, Белки-18, Жиры-43, Углеводы-5	49-54
200	Рис с овощами бпл пф	Калорийность-224, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	22-13
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-43
37,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	4-39
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-964, Белки-34, Жиры-63, Углеводы-66	113-60
Итого за день		Калорийность-964, Белки-34, Жиры-63, Углеводы-66	113-60

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>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
84/56	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-448, Белки-17, Жиры-40, Углеводы-5	45-45
180	Рис с овощами бпл пф	Калорийность-201, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31	19-91
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-43
18	Батон нарезной бпл	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	2-10
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-862, Белки-31, Жиры-59, Углеводы-52	105-00
Итого за день		Калорийность-862, Белки-31, Жиры-59, Углеводы-52	105-00



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), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
100	Салат из моркови с яблоками бпл пф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	11-59
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	14-46
90/60	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-480, Белки-18, Жиры-43, Углеводы-5	49-54
150	Рис с овощами бпл пф	Калорийность-168, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-26	16-59
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-49
27	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-16
40	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-40
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 066, Белки-29, Жиры-67, Углеводы-86	105-23
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
150	Запеканка из творога бпл	Калорийность-301, Белки-30, Жиры-11, Углеводы-22	77-42
50	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	18-59
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-43
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-493, Белки-34, Жиры-15, Углеводы-57	99-44
Итого за день		Калорийность-1 559, Белки-63, Жиры-82, Углеводы-143	204-67



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), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
100	Салат из моркови с яблоками бпл пф	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	11-59
250	Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	14-46
99/66	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-528, Белки-20, Жиры-47, Углеводы-6	54-54
220	Рис с овощами бпл пф	Калорийность-246, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-38	24-34
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-49
25	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-94
40	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-40
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-1 188, Белки-33, Жиры-73, Углеводы-98	117-76
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
150	Запеканка из творога бпл	Калорийность-301, Белки-30, Жиры-11, Углеводы-22	77-42
50	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	18-59
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-28, Углеводы-7	3-43
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-493, Белки-34, Жиры-15, Углеводы-57	99-44
Итого за день		Калорийность-1 681, Белки-67, Жиры-88, Углеводы-155	217-20

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

