

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	32-34
220	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-203, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32	24-99
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-81
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-94
25	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-92
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-605, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-81	105-00
Итого за день		Калорийность-605, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-81	105-00



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар [Signature] Котомчина Т.А.

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

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



Шеф-повар [подпись] Котомчина Т.А. Калькулятор [подпись] 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>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	32-84
220	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-203, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32	25-06
10	Масло сливочное (порциями) бпл	Калорийность-75, Жиры-8	10-67
180	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	19-64
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-94
21	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-45
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-657, Белки-21, Жиры-30, Углеводы-77	113-60
Итого за день		Калорийность-657, Белки-21, Жиры-30, Углеводы-77	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	32-84
220	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-203, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32	25-06
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-82
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-94
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-34
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-593, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-79	105-00
Итого за день		Калорийность-593, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-79	105-00

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шалапова 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>			
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-37
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	9-90
55	Тефтели рыбные (кета) бпл пф	Калорийность-118, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7	57-56
35	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-22, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2	5-26
150	Макароны отварные бпл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-92
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-48
30,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	3-54
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-628, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-81	102-23
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	24-63
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-82
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-52
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-94
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52	72-91
<u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u>			
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	29-53
Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)		Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	29-53
Итого за день		Калорийность-1 111, Белки-35, Жиры-36, Углеводы-158	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), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	13-96
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	12-38
55	Тефтели рыбные (кета) бпл пф	Калорийность-118, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7	57-56
35	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-22, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2	5-26
200	Макароны отварные бпл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	13-22
200	Чай с клюквой и сахаром бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	7-51
22,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-67
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-727, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-93	114-76
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	24-63
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-82
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-52
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-94
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52	72-91
<u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u>			
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	29-53
Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)		Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	29-53
Итого за день		Калорийность-1 210, Белки-37, Жиры-42, Углеводы-170	217-20

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

