26.11.2026 (четверг)

1-4 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (1 смена)		
60	Яйцо вареное бпл	Калорийность-85, Белки-7, Жиры-6	12-09
200	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	22-81
10	Масло сливочное (порциями) бпл	Калорийность-66, Жиры-7	11-38
180	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	18-39
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
30,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-81, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	3-41
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-680, Белки-26, Жиры-34, Углеводы-65	101-40
	Обед (2 смена)		
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-48
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	8-68
110	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-252, Белки-27, Жиры-13, Углеводы-7	64-93
180	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-268, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-39	9-85
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
24	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	2-69
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-739, Белки-41, Жиры-32, Углеводы-71	101-40
	Итого за день	Калорийность-1 419, Белки-67, Жиры-66, Углеводы-136	202-80

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

26.11.2026 (четверг)

Многодетные 1-4 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (1 смена)		
60	Яйцо вареное бпл	Калорийность-85, Белки-7, Жиры-6	12-09
250	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-231, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-36	28-52
15	Масло сливочное (порциями) бпл	Калорийность-99, Жиры-11	17-08
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
31,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-84, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	3-56
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-775, Белки-28, Жиры-40, Углеводы-74	115-00
	Обед (2 смена)		
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-46
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	10-85
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-83
180	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-268, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-39	9-85
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-24
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-838, Белки-43, Жиры-38, Углеводы-80	115-00
	Итого за день	Калорийность-1 613, Белки-71, Жиры-78, Углеводы-154	230-00

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

26.11.2026 (четверг)

Многодетные 2 класс / аллергия Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед (2 смена)		
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-46
250	Щи из свежей капусты вегетарианские бпл пф	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7	9-47
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-83
180	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-268, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-39	9-85
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
41,5	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-83, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	4-62
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-826, Белки-44, Жиры-36, Углеводы-82	115-00
	Итого за день	Калорийность-826, Белки-44, Жиры-36, Углеводы-82	115-00

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

26.11.2026 (четверг)

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)
	Завтрак (1 смена)		
60	Яйцо вареное бпл	Калорийность-85, Белки-7, Жиры-6	12-09
250	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-231, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-36	28-52
12,5	Масло сливочное (порциями) бпл	Калорийность-86, Жиры-9	14-80
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	24-99
37	Батон нарезной бпл	Калорийность-97, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19	4-17
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-739, Белки-27, Жиры-35, Углеводы-77	105-00
	Обед (2 смена)		
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-46
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	10-85
100	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-229, Белки-24, Жиры-12, Углеводы-7	59-03
220	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-328, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-48	12-04
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
25,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	2-85
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-844, Белки-40, Жиры-38, Углеводы-86	105-00
	Итого за день	Калорийность-1 583, Белки-67, Жиры-73, Углеводы-163	210-00

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

26.11.2026 (четверг)

ОВЗ и инв. 1-4 класс 7-11 лет Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-48
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	8-68
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-83
150	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-223, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-33	8-21
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
33,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	3-76
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-783, Белки-43, Жиры-32, Углеводы-79	108-95
	Полдник (1 и 2 смена)		
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-37
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	40-00
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-450, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-57	97-12
	Итого за день	Калорийность-1 233, Белки-59, Жиры-49, Углеводы-136	206-07

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

26.11.2026 (четверг)

ОВЗ и инв. 5-11 классы 7-11 лет Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-48
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	8-68
100	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-229, Белки-24, Жиры-12, Углеводы-7	59-03
180	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-268, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-39	9-85
180	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-15, Углеводы-3	6-99
19,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10	2-17
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-743, Белки-38, Жиры-31, Углеводы-76	96-42
	Полдник (1 и 2 смена)		
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
180	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	18-39
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-37
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	40-00
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-437, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-55	95-08
	Итого за день	Калорийность-1 180, Белки-54, Жиры-48, Углеводы-131	191-50

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

26.11.2026 (четверг)

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)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-46
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	10-85
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-83
230	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-342, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-50	12-58
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
28,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-22
40	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-44
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-991, Белки-48, Жиры-42, Углеводы-107	122-15
	Полдник (1 и 2 смена)		
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
40	Батон нарезной бпл	Калорийность-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	4-50
230	Апельсин бпл	Калорийность-87, Белки-2, Углеводы-19	36-80
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-468, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-62	95-05
	Итого за день	Калорийность-1 459, Белки-65, Жиры-58, Углеводы-169	217-20

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

26.11.2026 (четверг)

ОВЗ и инв. 7 класс / сах.диабет Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-46
250	Щи из свежей капусты вегетарианские бпл пф	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7	9-47
115	Говядина отварная бпл пф	Калорийность-370, Белки-33, Жиры-26, Углеводы-1	147-92
180	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-268, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-39	9-85
200	Чай без сахара бпл	Калорийность-1	0-70
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-822, Белки-45, Жиры-47, Углеводы-54	180-40
	Полдник (1 и 2 смена)		
230	Банан бпл	Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52	36-80
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52	36-80
	Итого за день	Калорийность-1 042, Белки-48, Жиры-47, Углеводы-106	217-20

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

26.11.2026 (четверг)

1-4 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (1 смена)		
60	Яйцо вареное бпл	Калорийность-85, Белки-7, Жиры-6	12-09
200	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	22-81
10	Масло сливочное (порциями) бпл	Калорийность-66, Жиры-7	11-38
180	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	18-39
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
30,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-81, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	3-41
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-680, Белки-26, Жиры-34, Углеводы-65	101-40
	Обед (2 смена)		
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-48
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	8-68
110	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-252, Белки-27, Жиры-13, Углеводы-7	64-70
180	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-268, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-39	9-85
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
26	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	2-92
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-744, Белки-41, Жиры-32, Углеводы-72	101-40
	Итого за день	Калорийность-1 424, Белки-67, Жиры-66, Углеводы-137	202-80

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

26.11.2026 (четверг)

Многодетные 1-4 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (1 смена)		
60	Яйцо вареное бпл	Калорийность-85, Белки-7, Жиры-6	12-09
250	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-231, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-36	28-52
15	Масло сливочное (порциями) бпл	Калорийность-99, Жиры-11	17-08
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
31,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-84, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	3-56
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-775, Белки-28, Жиры-40, Углеводы-74	115-00
	Обед (2 смена)		
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-46
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	10-85
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-59
180	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-268, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-39	9-85
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
31	Батон нарезной бпл	Калорийность-81, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	3-48
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-843, Белки-43, Жиры-38, Углеводы-81	115-00
	Итого за день	Калорийность-1 618, Белки-71, Жиры-78, Углеводы-155	230-00

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

26.11.2026 (четверг)

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)
	Завтрак (1 смена)		
60	Яйцо вареное бпл	Калорийность-85, Белки-7, Жиры-6	12-09
250	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-231, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-36	28-52
12,5	Масло сливочное (порциями) бпл	Калорийность-86, Жиры-9	14-80
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	24-99
37	Батон нарезной бпл	Калорийность-97, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19	4-17
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-739, Белки-27, Жиры-35, Углеводы-77	105-00
	Обед (2 смена)		
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-46
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	10-85
100	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-229, Белки-24, Жиры-12, Углеводы-7	58-82
220	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-328, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-48	12-04
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
27	Батон нарезной бпл	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14	3-06
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-847, Белки-40, Жиры-38, Углеводы-87	105-00
	Итого за день	Калорийность-1 586, Белки-67, Жиры-73, Углеводы-164	210-00

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

26.11.2026 (четверг)

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)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-48
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	8-68
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-59
150	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-223, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-33	8-21
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
35,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19	4-00
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-788, Белки-43, Жиры-32, Углеводы-81	108-95
	Полдник (1 и 2 смена)		
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-37
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	40-00
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-450, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-57	97-12
	Итого за день	Калорийность-1 238, Белки-59, Жиры-49, Углеводы-138	206-07

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

26.11.2026 (четверг)

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)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-48
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	8-68
100	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-229, Белки-24, Жиры-12, Углеводы-7	58-82
180	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-268, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-39	9-85
180	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-15, Углеводы-3	6-99
21	Батон нарезной бпл	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	2-38
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-746, Белки-39, Жиры-31, Углеводы-77	96-42
	Полдник (1 и 2 смена)		
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
180	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	18-39
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-37
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	40-00
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-437, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-55	95-08
	Итого за день	Калорийность-1 183, Белки-55, Жиры-48, Углеводы-132	191-50

Директор _____ Потеряева Я.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

26.11.2026 (четверг)

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)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-46
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	10-85
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-59
230	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-342, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-50	12-58
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
31	Батон нарезной бпл	Калорийность-81, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	3-46
40	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-44
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-996, Белки-48, Жиры-42, Углеводы-108	122-15
	Полдник (1 и 2 смена)		
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
40	Батон нарезной бпл	Калорийность-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	4-50
230	Апельсин бпл	Калорийность-87, Белки-2, Углеводы-19	36-80
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-468, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-62	95-05
	Итого за день	Калорийность-1 464, Белки-65, Жиры-58, Углеводы-170	217-20

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.