30.10.2026 (пятница)

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)		
35	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-9, Углеводы-2	11-27
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-02
170	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-253, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-37	9-30
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	3-04
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-625, Белки-39, Жиры-23, Углеводы-65	101-40
	Обед (2 смена)		
80	Сельдь с луком бпл	Калорийность-183, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-3	22-16
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18	6-56
120	Голубцы ленивые бпл пф	Калорийность-154, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-8	47-34
150	Рис отварной бпл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	12-43
200	Чай со сгущённым молоком бпл	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	9-14
33,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	3-77
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-815, Белки-30, Жиры-35, Углеводы-97	101-40
	Итого за день	Калорийность-1 440, Белки-69, Жиры-58, Углеводы-162	202-80

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар _____ Котомчина Т.А.

Калькулятор _____ Брованова Н.В.

30.10.2026 (пятница)

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)		
70	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-18, Белки-1, Углеводы-3	22-54
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-02
200	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-298, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-44	10-94
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
33	Батон нарезной бпл	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-17	3-73
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-694, Белки-42, Жиры-24, Углеводы-76	115-00
	Обед (2 смена)		
120	Сельдь с луком бпл	Калорийность-275, Белки-11, Жиры-24, Углеводы-4	33-24
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-128, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-23	8-20
120	Голубцы ленивые бпл пф	Калорийность-154, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-8	47-34
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-92
180	Чай со сгущённым молоком бпл	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	8-23
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-73, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14	3-07
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-949, Белки-32, Жиры-45, Углеводы-106	115-00
	Итого за день	Калорийность-1 643, Белки-74, Жиры-69, Углеводы-182	230-00

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар _____ Котомчина Т.А.

Калькулятор _____ Брованова Н.В.

30.10.2026 (пятница)

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)		
60	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-2	9-49
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18	6-56
110	Курица отварная бпл пф	Калорийность-170, Белки-35, Жиры-3, Углеводы-1	87-74
150	Рис отварной с растительным маслом бпл	Калорийность-218, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-36	5-76
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-13, Углеводы-3	3-08
21,5	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-9	2-37
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-555, Белки-43, Жиры-11, Углеводы-69	115-00
	Итого за день	Калорийность-555, Белки-43, Жиры-11, Углеводы-69	115-00

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

30.10.2026 (пятница)

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)		
35	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-9, Углеводы-2	11-27
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-02
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
34,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	3-90
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-721, Белки-43, Жиры-25, Углеводы-80	105-00
	Обед (2 смена)		
80	Сельдь с луком бпл	Калорийность-183, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-3	22-16
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-128, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-23	8-20
120	Голубцы ленивые бпл пф	Калорийность-154, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-8	47-34
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-92
200	Чай со сгущённым молоком бпл	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	9-14
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-24
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-868, Белки-29, Жиры-37, Углеводы-108	105-00
	Итого за день	Калорийность-1 589, Белки-72, Жиры-62, Углеводы-188	210-00

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

30.10.2026 (пятница)

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)		
100	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	32-20
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18	6-56
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-02
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-92
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	2-46
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-762, Белки-40, Жиры-23, Углеводы-98	136-15
	Полдник (1 и 2 смена)		
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-00
270	Апельсин бпл	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22	43-20
50	Булочка с маком бпл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	2-72
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-346, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-74	69-92
	Итого за день	Калорийность-1 108, Белки-47, Жиры-25, Углеводы-172	206-07

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

30.10.2026 (пятница)

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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	19-32
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18	6-56
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-02
150	Рис отварной бпл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	12-43
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	3-26
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-729, Белки-40, Жиры-22, Углеводы-92	121-58
	Полдник (1 и 2 смена)		
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-00
270	Апельсин бпл	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22	43-20
50	Булочка с маком бпл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	2-72
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-346, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-74	69-92
	Итого за день	Калорийность-1 075, Белки-47, Жиры-24, Углеводы-166	191-50

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

30.10.2026 (пятница)

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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	32-20
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-128, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-23	8-20
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-02
220	Рис отварной бпл	Калорийность-298, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-53	18-23
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
34	Батон нарезной бпл	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	3-84
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-873, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-118	142-48
	Полдник (1 и 2 смена)		
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-00
300	Апельсин бпл	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24	48-00
50	Булочка с маком бпл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	2-72
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-357, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-76	74-72
	Итого за день	Калорийность-1 230, Белки-50, Жиры-27, Углеводы-194	217-20

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

30.10.2026 (пятница)

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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	32-20
250	Суп крестьянский с крупой (крупа перловая) бпл пф	Калорийность-118, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	10-09
140	Рыба, припущенная в молоке (кета) бпл пф	Калорийность-233, Белки-23, Жиры-14, Углеводы-4	126-34
180	Булгур отварной бпл	Калорийность-242, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-42	15-87
200	Чай без сахара бпл	Калорийность-1	0-70
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-620, Белки-34, Жиры-25, Углеводы-64	185-20
	Полдник (1 и 2 смена)		
200	Банан бпл	Калорийность-191, Белки-3, Углеводы-45	32-00
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-191, Белки-3, Углеводы-45	32-00
	Итого за день	Калорийность-811, Белки-37, Жиры-25, Углеводы-109	217-20

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

30.10.2026 (пятница)

1-4 классы Сов.63 /доп. питание

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
90	доп. Йогурт "Растишка" нач 2		40-00
	Итого за		40-00
	Итого за день		40-00

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

30.10.2026 (пятница)

1-4 классы Сов.63 /доп. питание аллергия

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	40-00
	Итого за	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	40-00
	Итого за день	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	40-00

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

30.10.2026 (пятница)

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)		
35	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-9, Углеводы-2	11-27
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-02
170	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-253, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-37	9-30
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	3-04
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-625, Белки-39, Жиры-23, Углеводы-65	101-40
	Обед (2 смена)		
80	Сельдь с луком бпл	Калорийность-183, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-3	22-16
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18	6-56
120	Голубцы ленивые бпл пф	Калорийность-154, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-8	47-34
150	Рис отварной бпл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	12-43
200	Чай со сгущённым молоком бпл	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	9-14
33,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	3-77
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-815, Белки-30, Жиры-35, Углеводы-97	101-40
	Итого за день	Калорийность-1 440, Белки-69, Жиры-58, Углеводы-162	202-80

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

30.10.2026 (пятница)

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)		
70	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-18, Белки-1, Углеводы-3	22-54
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-02
200	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-298, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-44	10-94
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
33	Батон нарезной бпл	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-17	3-73
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-694, Белки-42, Жиры-24, Углеводы-76	115-00
	Обед (2 смена)		
120	Сельдь с луком бпл	Калорийность-275, Белки-11, Жиры-24, Углеводы-4	33-24
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-128, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-23	8-20
120	Голубцы ленивые бпл пф	Калорийность-154, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-8	47-34
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-92
180	Чай со сгущённым молоком бпл	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	8-22
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-73, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14	3-08
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-949, Белки-32, Жиры-45, Углеводы-106	115-00
	Итого за день	Калорийность-1 643, Белки-74, Жиры-69, Углеводы-182	230-00

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

30.10.2026 (пятница)

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)		
35	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-9, Углеводы-2	11-27
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-02
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
34,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	3-90
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-721, Белки-43, Жиры-25, Углеводы-80	105-00
	Обед (2 смена)		
80	Сельдь с луком бпл	Калорийность-183, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-3	22-16
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-128, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-23	8-20
120	Голубцы ленивые бпл пф	Калорийность-154, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-8	47-34
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-92
200	Чай со сгущённым молоком бпл	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	9-14
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-24
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-868, Белки-29, Жиры-37, Углеводы-108	105-00
	Итого за день	Калорийность-1 589, Белки-72, Жиры-62, Углеводы-188	210-00

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

30.10.2026 (пятница)

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)		
100	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	32-20
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18	6-56
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-02
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-92
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	2-46
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-762, Белки-40, Жиры-23, Углеводы-98	136-15
	Полдник (1 и 2 смена)		
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-00
270	Апельсин бпл	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22	43-20
50	Булочка с маком бпл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	2-72
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-346, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-74	69-92
	Итого за день	Калорийность-1 108, Белки-47, Жиры-25, Углеводы-172	206-07

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

30.10.2026 (пятница)

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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	19-32
200	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18	6-56
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-02
150	Рис отварной бпл	Калорийность-204, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	12-43
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	3-26
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-729, Белки-40, Жиры-22, Углеводы-92	121-58
	Полдник (1 и 2 смена)		
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-00
270	Апельсин бпл	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22	43-20
50	Булочка с маком бпл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	2-72
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-346, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-74	69-92
	Итого за день	Калорийность-1 075, Белки-47, Жиры-24, Углеводы-166	191-50

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

30.10.2026 (пятница)

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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	32-20
250	Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф	Калорийность-128, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-23	8-20
120	Куриное филе отбивное бпл	Калорийность-275, Белки-29, Жиры-14, Углеводы-8	70-02
220	Рис отварной бпл	Калорийность-298, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-53	18-23
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-17, Углеводы-4	7-77
34	Батон нарезной бпл	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	3-84
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-873, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-118	142-48
	Полдник (1 и 2 смена)		
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-00
300	Апельсин бпл	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-24	48-00
50	Булочка с маком бпл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	2-72
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-357, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-76	74-72
	Итого за день	Калорийность-1 230, Белки-50, Жиры-27, Углеводы-194	217-20

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

30.10.2026 (пятница)

1-4 классы Чапл.59 /доп. питание

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
90	доп. Йогурт "Растишка" нач 2		40-00
	Итого за		40-00
	Итого за день		40-00

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