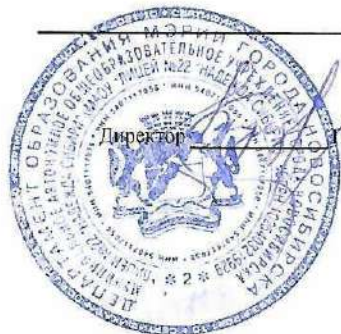


## Б/пл

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
120	<b>Омлет с сыром б/пл</b> <i>яйцо куриное б/пл, сыр российский б/пл, масло сливочное 72,5% м.д.ж б/пл, молоко сухое цельное 26,0% м.д.ж б/пл, соль поваренная йодированная б/пл</i>	<i>Калорийность-253, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-2</i>	<b>31-83</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <i>сахар-песок б/пл, лимон б/пл, чай черный байховый б/пл</i>	<i>Калорийность-28, Углеводы-7</i>	<b>2-27</b>
220	<b>Банан б/пл</b>	<i>Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49</i>	<b>25-30</b>
13	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	<i>Калорийность-30, Белки-1, Углеводы-6</i>	<b>0-60</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		<i>Калорийность-521, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-64</i>	<b>60-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
20	<b>Огурец в нарезке б/пл</b>	<i>Калорийность-3, Углеводы-1</i>	<b>3-13</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями 2 б/пл п/ф</b> <i>картофель п/ф б/пл, макаронные изделия высшего сорта б/пл, лук репчатый п/ф б/пл, морковь п/ф б/пл, масло подсолнечное б/пл, соль поваренная йодированная б/пл, лавровый лист б/пл</i>	<i>Калорийность-88, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18</i>	<b>8-27</b>
80	<b>Шницель из курицы б/пл 2</b> <i>окорочок цыпленка-бройлера бескостный п/ф б/пл, хлеб пшеничный б/пл, сухари панировочные б/пл, масло подсолнечное б/пл, молоко сухое цельное 26,0% м.д.ж б/пл, соль поваренная йодированная б/пл</i>	<i>Калорийность-135, Белки-15, Жиры-3, Углеводы-11</i>	<b>22-43</b>
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая б/пл</b> <i>крупа гречневая ядрица б/пл, масло сливочное 72,5% м.д.ж б/пл, соль поваренная йодированная б/пл</i>	<i>Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43</i>	<b>14-71</b>
200	<b>Компот из смородины б/пл</b> <i>смородина черная б/пл, сахар-песок б/пл</i>	<i>Калорийность-35, Углеводы-8</i>	<b>10-05</b>
31	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	<i>Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15</i>	<b>1-41</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		<i>Калорийность-614, Белки-28, Жиры-12, Углеводы-96</i>	<b>60-00</b>
<b>Итого за день</b>		<i>Калорийность-1 135, Белки-47, Жиры-32, Углеводы-160</i>	<b>120-00</b>



Директор Потеряева Л.В.

Зав.столовой [Signature] Агеева Е.А.

Калькулятор Б Брованова Н.В.

**Начальная школа**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
15	<b>Кукуруза сахарная н/шк</b>	Калорийность-8, Углеводы-2	3-69
120	<b>Омлет с сыром н/шк</b> <small>яйцо куриное н/шк, сыр российский н/шк, масло сливочное 72,5% м.д.ж н/шк, молоко сухое цельное 26,0% м.д.ж н/шк, соль поваренная йодированная н/шк</small>	Калорийность-253, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-2	31-83
200	<b>Чай с лимоном и сахаром н/шк</b> <small>сахар-песок н/шк, лимон н/шк, чай черный байховый н/шк</small>	Калорийность-28, Углеводы-7	2-27
220	<b>Банан н/шк</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	25-30
25	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-14
20	<b>Хлеб бородинский н/шк</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-24
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-598, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-80	65-47
<b>Обед ( 2 смена )</b>			
30	<b>Огурец в нарезке н/шк</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	4-69
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями н/шк н/ф</b> <small>картофель н/ф н/шк, тушки цыплят-бройлеров потрошенные 1к. н/шк, лук репчатый н/ф н/шк, морковь н/ф н/шк, макаронные изделия высшего сорта н/шк, масло подсолнечное н/шк, соль поваренная йодированная н/шк, лавровый лист н/шк</small>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	12-66
80	<b>Шницель из курицы н/шк 2</b> <small>окорочок цыпленка-бройлера бескостный н/ф н/шк, хлеб пшеничный н/шк, сухари панировочные н/шк, масло подсолнечное н/шк, молоко сухое цельное 26,0% м.д.ж н/шк, соль поваренная йодированная н/шк</small>	Калорийность-135, Белки-15, Жиры-3, Углеводы-11	22-43
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая н/шк</b> <small>крупа гречневая ядрица н/шк, масло сливочное 72,5% м.д.ж н/шк, соль поваренная йодированная н/шк</small>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	12-26
200	<b>Компот из смородины н/шк</b> <small>смородина черная н/шк, сахар-песок н/шк</small>	Калорийность-35, Углеводы-8	10-05
33,5	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	1-52
30	<b>Хлеб бородинский н/шк</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-86
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-667, Белки-33, Жиры-12, Углеводы-103	65-47
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 265, Белки-54, Жиры-32, Углеводы-183	130-94


 Директор Котеряева Л.В.

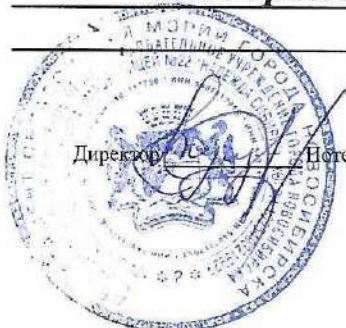
 Зав.столовой Агеева Е.А.

 Калькулятор Б Брованова Н.В.



# ОВЗ 123р.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Обед</b>			
60	<b>Икра морковная овз п/ф</b> <i>морковь п/ф овз, лук репчатый п/ф овз, томатная паста 25%сух.вещ. овз, масло подсолнечное овз, сахар-песок овз, кислота лимонная овз, соль поваренная йодированная овз</i>	<i>Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6</i>	<b>6-32</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф</b> <i>картофель п/ф овз, тушки цыплят-бройлеров потрошенные 1к. овз, лук репчатый п/ф овз, морковь п/ф овз, макаронные изделия высшего сорта овз, масло подсолнечное овз, соль поваренная йодированная овз, лавровый лист овз</i>	<i>Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18</i>	<b>12-66</b>
130	<b>Запеканка картофельная с говядиной овз п/ф</b> <i>картофель п/ф овз, говядина 1 категории б/к овз, масло сливочное 72,5% м.д.ж овз, яйцо куриное овз, сухари панировочные овз, соль поваренная йодированная овз</i>	<i>Калорийность-266, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-17</i>	<b>51-29</b>
200	<b>Компот из смородины овз</b> <i>смородина черная овз, сахар-песок овз</i>	<i>Калорийность-35, Углеводы-8</i>	<b>10-05</b>
26	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	<i>Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13</i>	<b>1-14</b>
20	<b>Хлеб бородинский овз</b>	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	<b>1-24</b>
<b>Итого за Обед</b>		<i>Калорийность-590, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-70</i>	<b>82-70</b>
<b>Полдник</b>			
220	<b>Банан овз</b>	<i>Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49</i>	<b>25-30</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	<i>Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33</i>	<b>15-00</b>
<b>Итого за Полдник</b>		<i>Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82</i>	<b>40-30</b>
<b>Итого за день</b>		<i>Калорийность-934, Белки-28, Жиры-22, Углеводы-152</i>	<b>123-00</b>



Директор Потеряева Л.В.

Зав. столовой [подпись]

Агеева Е.А.

Калькулятор [подпись]

Брованова Н.В.

# ОВЗ 140р.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Обед</b>			
100	<b>Икра морковная овз п/ф</b> <i>морковь п/ф овз, лук репчатый п/ф овз, томатная паста 25%сух.вещ. овз, масло подсолнечное овз, сахар-песок овз, кислота лимонная овз, соль поваренная йодированная овз</i>	<i>Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10</i>	<b>11-04</b>
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями овз п/ф</b> <i>картофель п/ф овз, тушки цыплят-бройлеров потрошенные 1к. овз, лук репчатый п/ф овз, морковь п/ф овз, макаронные изделия высшего сорта овз, масло подсолнечное овз, соль поваренная йодированная овз, лавровый лист овз</i>	<i>Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23</i>	<b>15-82</b>
150	<b>Запеканка картофельная с говядиной овз п/ф</b> <i>картофель п/ф овз, говядина 1 категории б/к овз, масло сливочное 72,5% м.д.ж овз, яйцо куриное овз, сухари панировочные овз, соль поваренная йодированная овз</i>	<i>Калорийность-307, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-20</i>	<b>59-18</b>
200	<b>Компот из смородины овз</b> <i>смородина черная овз, сахар-песок овз</i>	<i>Калорийность-35, Углеводы-8</i>	<b>10-05</b>
45,5	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	<i>Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23</i>	<b>2-06</b>
25	<b>Хлеб бородинский овз</b>	<i>Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10</i>	<b>1-55</b>
<b>Итого за Обед</b>		<i>Калорийность-763, Белки-31, Жиры-27, Углеводы-94</i>	<b>99-70</b>
<b>Полдник</b>			
220	<b>Банан овз</b>	<i>Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49</i>	<b>25-30</b>
200	<b>Сок персиковый овз</b>	<i>Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33</i>	<b>15-00</b>
<b>Итого за Полдник</b>		<i>Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82</i>	<b>40-30</b>
<b>Итого за день</b>		<i>Калорийность-1 107, Белки-35, Жиры-27, Углеводы-176</i>	<b>140-00</b>



Директор

Игтерьяева Л.В.

Зав. столовой

Агеева Е.А.

Калькулятор

Бронова Н.В.