

Льготное питание 105р и СВО12лет и стар.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	--	-------------------------------

Обед 1

200	*Борщ с капустой и картофелем со сметаной.	Калорийность-101, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16	9-78
100	*Тефтели (2 вариант)	Калорийность-134, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-9	80-36
180	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	Калорийность-287, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	10-35
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-18
18	*Хлеб пшеничный	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-9	1-61
15	*Хлеб бородинский	Калорийность-18, Белки-1, Углеводы-4	1-73
Итого за Обед 1		Калорийность-610, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-87	105-01

Обед 2

200	*Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-18	7-69
265	*Плов из отварной говядины	Калорийность-490, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-54	91-61
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-18
25	*Хлеб пшеничный	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-23
20	*Хлеб бородинский	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-31
Итого за Обед 2		Калорийность-706, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-95	105-02
Итого за		Калорийность-1 316, Белки-47, Жиры-43, Углеводы-182	210-03



Директор

Бухгалтер

Н.В. Коносова

Ж.А. Парахнева

ч

ОВЗ, инвалиды 217,20 рублей 12 лет и ст.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	*Каша манная молочная со сливочным маслом	Калорийность-257, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-32	22-54
200	*Кофейный напиток со сгущенным молоком	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	19-63
30	Сыр твердых сортов в нарезке	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	18-5
40	*Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-19	3-57
200	*Апельсины	Калорийность-80, Белки-2, Углеводы-16	24-89
Итого за завтрак		Калорийность-658, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-68	89-13
Обед 1			
100	Огурец в нарезке	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	11-76
250	*Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-164, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-18	16-03
100	*Тефтели (2 вариант)	Калорийность-134, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-9	79-98
180	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	Калорийность-287, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	10-35
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-78, Углеводы-19	3-78
30	*Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
30	*Хлеб бородинский	Калорийность-36, Белки-1, Углеводы-7	3-47
Итого за Обед 1		Калорийность-784, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-114	128-05
Обед 2			
60	Огурец в нарезке	Калорийность-8, Углеводы-2	7-06
250	Суп куриный с вермишелью	Калорийность-161, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-11	16-79
250	*Плов из отварной говядины	Калорийность-518, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-57	96-79
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-78, Углеводы-19	3-78
30	*Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
30	*Хлеб бородинский	Калорийность-36, Белки-1, Углеводы-7	3-47
Итого за Обед 2		Калорийность-872, Белки-32, Жиры-31, Углеводы-111	130-57
полдник			
1	*Йогурт питьевой Агуша	Калорийность-99, Белки-25	55
133	Яблоки	Калорийность-60, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13	15-58
100	Штолики с повидлом	Калорийность-368, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-63	16-11
Итого за полдник		Калорийность-527, Белки-35, Жиры-11, Углеводы-76	86-69
Итого за		Калорийность-2 841, Белки-109, Жиры-89, Углеводы-369	434-44

Директор



З.Т. Фомина

Заместитель

Н.В. Коносова

Ж.А. Парахнева

ч

Льготное питание 105р 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	*Каша манная молочная со сливочным маслом	Калорийность-257, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-32	22-54
200	*Кофейный напиток со сгущенным молоком	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	19-63
10	Масло сливочное	Калорийность-75, Жиры-8	5-6
30	Сыр твердых сортов в нарезке	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	18-5
40	*Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-19	3-57
40	*Хлеб бородинский	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	4-62
245	*Апельсины	Калорийность-98, Белки-2, Углеводы-20	30-49
Итого за завтрак		Калорийность-798, Белки-21, Жиры-30, Углеводы-82	104-95
Обед 2			
200	Суп куриный с вермишелью	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-9	13-43
240	*Плов из отварной говядины	Калорийность-444, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-49	82-96
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-78, Углеводы-19	3-78
20	*Хлеб пшеничный	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	1-78
27	*Хлеб бородинский	Калорийность-32, Белки-1, Углеводы-7	3-12
Итого за Обед 2		Калорийность-731, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-94	105-07
Итого за		Калорийность-1 529, Белки-48, Жиры-56, Углеводы-176	210-02

Директор

Э.Г.Фомин

Бухгалтер

Н.В.Коносова

Ж.А.Парахневич

ч



ОВЗ, инвалиды 196,07 рублей с 7 - 11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	*Каша манная молочная со сливочным маслом	Калорийность-257, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-32	22-54
200	*Кофейный напиток со сгущенным молоком	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	19-63
20	*Хлеб пшеничный	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	1-78
20	Сыр твердых сортов в нарезке	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-34
186	*Апельсины	Калорийность-74, Белки-2, Углеводы-15	23-15
Итого за завтрак		Калорийность-569, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-58	79-44
Обед 1			
250	*Борщ с капустой и картофелем со сметаной и мясом	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-18	28-13
90	*Тефтели (2 вариант)	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-8	71-99
150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36	8-62
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-78, Углеводы-19	3-78
20	*Хлеб пшеничный	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	1-78
20	*Хлеб бородинский	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-31
Итого за Обед 1		Калорийность-626, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-96	116-61
Обед 2			
250	Суп куриный с вермишелью	Калорийность-161, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-11	16-65
240	*Плов из отварной говядины	Калорийность-444, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-49	82-96
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-78, Углеводы-19	3-78
20	*Хлеб пшеничный	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	1-78
20	*Хлеб бородинский	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-31
Итого за Обед 2		Калорийность-755, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-94	107-48
полдник			
1	*Йогурт питьевой Агуша	Калорийность-99, Белки-25	55
100	Штолики с повидлом	Калорийность-368, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-63	16-11
149	Яблоки	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	17-45
Итого за полдник		Калорийность-534, Белки-35, Жиры-11, Углеводы-78	88-56
Итого за		Калорийность-2 484, Белки-98, Жиры-78, Углеводы-326	392-09

Директор

Э.Г. Фомина

Бухгалтер

Н.В. Коносова

Ж.А. Парахнев

ч



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	*Каша манная молочная со сливочным маслом	Калорийность-257, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-32	29-3
200	*Кофейный напиток со сгущенным молоком	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	25-51
Итого за завтрак		Калорийность-375, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-33	54-81
Обед 1			
250	*Борщ с капустой и картофелем со сметаной и мясом	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-18	37-35
90	*Тефтели (2 вариант)	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-8	93-35
150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36	11-21
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-78, Углеводы-19	4-91
20	*Хлеб пшеничный	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	2-05
20	*Хлеб бородинский	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-66
Итого за Обед 1		Калорийность-626, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-96	151-53
Обед 2			
250	Суп куриный с вермишелью	Калорийность-161, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-11	21-8
200	*Плов из отварной говядины	Калорийность-370, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-41	89-87
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-78, Углеводы-19	4-91
20	*Хлеб пшеничный	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	2-05
20	*Хлеб бородинский	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-66
Итого за Обед 2		Калорийность-681, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-86	121-29
В продаже			
100	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	31-86
100	*Салат из яиц по-чешски	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	31-82
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-54
1шт	*Сок натуральный т/п, 0200л		37-95
1	Печенье "Кременкульское на сливочном масле" 25 гр		25-3
1шт	Шоколад 20гр		40-24
75	Пирожок с зеленым луком и яйцом	Калорийность-338, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-53	28-78
100	Штотлики с повидлом	Калорийность-368, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-63	20-94
Итого за В продаже		Калорийность-896, Белки-20, Жиры-31, Углеводы-135	218-43
Итого за		Калорийность-2 578, Белки-70, Жиры-89, Углеводы-350	546-06

Директор

Э.Г. Фомина

Бухгалтер

Н.В. Коносова

Ж.А. Паракхеева

ч