

Льготное питание 12 лет и стар и СВО 105р

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед 1			
250	Щи из свежей капусты со сметаной	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8	11-28
90	Бефстроганов из отварной говядины	Калорийность-339, Белки-18, Жиры-27, Углеводы-6	61-91
180	*Картофельное пюре	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-26	23-3
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-78, Углеводы-19	3-78
27	*Хлеб пшеничный	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-13	2-41
20	*Хлеб бородинский	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-31
Итого за Обед 1		Калорийность-827, Белки-27, Жиры-44, Углеводы-77	104-99
Обед 2			
250	*Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23	9-61
90	*Котлеты из говядины	Калорийность-272, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-16	74-63
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
35	*Хлеб пшеничный	Калорийность-83, Белки-3, Углеводы-17	3-12
30	*Хлеб бородинский	Калорийность-36, Белки-1, Углеводы-7	3-47
Итого за Обед 2		Калорийность-889, Белки-33, Жиры-28, Углеводы-125	104-96
Итого за		Калорийность-1 716, Белки-60, Жиры-72, Углеводы-202	209-95

Директор:

Э.Г.Фомина

Бухгалтер

Н.В.Конорова

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 жидкая молочная рисовая	Калорийность-212, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-31	22-49
200	*Кофейный напиток со сгущенным молоком	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	19-63
20	Сыр твердых сортов в нарезке	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-35
30	*Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
187	*Бананы	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-15	24-65
Итого за завтрак		Калорийность-548, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-62	81-8
Обед 1			
75	Огурец в нарезке	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	8-82
250	Щи из свежей капусты со сметаной и мясом	Калорийность-155, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-8	26-7
100	Бефстроганов из отварной говядины	Калорийность-377, Белки-20, Жиры-30, Углеводы-7	68-77
180	*Картофельное пюре	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-26	23-3
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-893, Белки-34, Жиры-49, Углеводы-77	135-46
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	16-3
100	*Котлеты из говядины	Калорийность-302, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-18	82-93
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
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-908, Белки-37, Жиры-36, Углеводы-108	124-51
полдник			
1	*Йогурт питьевой Агуша	Калорийность-99, Белки-25	55
100	Штолики с повидлом	Калорийность-368, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-63	15-86
186	Яблоки	Калорийность-84, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18	21-78
Итого за полдник		Калорийность-551, Белки-35, Жиры-11, Углеводы-81	92-64
Итого за		Калорийность-2 900, Белки-121, Жиры-110, Углеводы-328	434-41

Директор

Э.Г. Фомина

Бухгалтер

Н.В. Коносова

Ж.А. Парахнев

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)
<u>завтрак</u>			
200	Каша жидкая молочная рисовая	Калорийность-212, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-31	22-49
200	*Кофейный напиток со сгущенным молоком	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	19-63
20	Сыр твердых сортов в нарезке	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-35
20	*Хлеб пшеничный	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	1-78
208	*Бананы	Калорийность-83, Белки-2, Углеводы-17	27-42
Итого за завтрак		Калорийность-533, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-59	83-67
<u>Обед 1</u>			
100	Огурец в нарезке	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	11-76
250	Щи из свежей капусты со сметаной	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8	11-28
90	Бефстроганов из отварной говядины	Калорийность-339, Белки-18, Жиры-27, Углеводы-6	62-11
150	*Картофельное пюре	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22	19-42
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-792, Белки-27, Жиры-43, Углеводы-73	112-44
<u>Обед 2</u>			
100	Огурец в нарезке	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	11-76
250	Суп куриный с вермишелью	Калорийность-161, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-11	16-3
90	*Котлеты из говядины	Калорийность-272, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-16	74-64
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 2		Калорийность-836, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-100	119-19
<u>полдник</u>			
187	Яблоки	Калорийность-84, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18	21-9
1	*Йогурт питьевой Агуша	Калорийность-99, Белки-25	55
Итого за полдник		Калорийность-183, Белки-26, Жиры-1, Углеводы-18	76-9
Итого за		Калорийность-2 344, Белки-102, Жиры-91, Углеводы-250	392-2

Директор

Э.Г. Фомина

Бухгалтер

Н.В. Коносова

Ж.А. Парахнева

ч

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	Каша жидкая молочная рисовая	Калорийность-212, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-31	29-24
200	*Кофейный напиток со сгущенным молоком	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	25-51
Итого за завтрак		Калорийность-330, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-32	54-75
Обед 1			
250	Щи из свежей капусты со сметаной и мясом	Калорийность-155, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-8	34-6
90	Бефстроганов из отварной говядины	Калорийность-339, Белки-18, Жиры-27, Углеводы-6	80-49
150	*Картофельное пюре	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22	25-24
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-811, Белки-30, Жиры-45, Углеводы-70	149-95
Обед 2			
250	Суп куриный с вермишелью	Калорийность-161, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-11	21-17
90	*Котлеты из говядины	Калорийность-272, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-16	96-62
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 2		Калорийность-822, Белки-33, Жиры-33, Углеводы-97	138-62
В продаже			
100	*Салат из капусты со сладким перцем	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	12-54
100	*Винегрет овощной	Калорийность-127, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	17-03
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-54
1шт	*Сок натуральный т/п, 0200л		37-95
1	Шоколад 20гр	Калорийность-110	40-23
1шт	Печенье "Кременкульское на сливочном масле" 25 гр		25-3
75	*Пирожки с печенью и луком	Калорийность-221, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-32	30-7
100	Штолики с повидлом	Калорийность-368, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-63	20-62
Итого за В продаже		Калорийность-941, Белки-22, Жиры-31, Углеводы-117	185-91
Итого за		Калорийность-2 904, Белки-91, Жиры-117, Углеводы-316	529-23

Льготное питание 105р с7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
200	Каша жидкая молочная рисовая	Калорийность-212, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-31	22-49
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	18-52
40	*Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-19	3-57
40	*Хлеб бородинский	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	4-62
232	*Бананы	Калорийность-93, Белки-2, Углеводы-19	30-58
Итого за завтрак		Калорийность-748, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-80	105-01
<u>Обед 2</u>			
200	*Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-18	7-69
100	*Котлеты из говядины	Калорийность-302, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-18	82-93
150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36	8-62
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-757, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-95	104-96
Итого за		Калорийность-1 505, Белки-51, Жиры-53, Углеводы-175	209-97

Директор

Э.Г. Фомина

Бухгалтер

Н.В. Коносова

Ж.А. Парахнева

ч