

Льготное питание 105р с7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
180	*Омлет натуральный	Калорийность-312, Белки-16, Жиры-26, Углеводы-4	50-97
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-18
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
233	*Бананы	Калорийность-93, Белки-2, Углеводы-19	30-71
Итого за завтрак		Калорийность-635, Белки-28, Жиры-35, Углеводы-48	104-95
<u>Обед 2</u>			
100	Огурец в нарезке	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	11-76
250	*Борщ с капустой и картофелем со сметаной и мясом	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-18	28-71
105	*Запеканка из печени с соусом сметанным	Калорийность-209, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-3	45-38
150	*Макаронные изделия отварные	Калорийность-224, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-36	6-64
200	*Компот из свежзаморож. клубники	Калорийность-76, Углеводы-20	6-73
27	*Хлеб пшеничный	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-13	2-41
30	*Хлеб бородинский	Калорийность-36, Белки-1, Углеводы-7	3-47
Итого за Обед 2		Калорийность-740, Белки-23, Жиры-27, Углеводы-100	105-1
Итого за		Калорийность-1 375, Белки-51, Жиры-62, Углеводы-148	210-05

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			
100	*Омлет натуральный	Калорийность-174, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-2	36-81
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-54
Итого за завтрак		Калорийность-201, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-8	38-35
Обед 1			
250	*Суп картофельный с крупой и мясом	Калорийность-288, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-28	32-95
100	*Печень говяжья по-строгановски	Калорийность-289, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-2	67-92
150	*Рис отварной	Калорийность-266 400, Белки-3 620, Жиры-12 774, Углеводы-33 281	13-04
200	*Компот из свежесзаморож. клубники	Калорийность-76, Углеводы-20	8-75
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-267 125, Белки-3 649, Жиры-12 813, Углеводы-33 346	127-37
Обед 2			
250	Борщ с капустой, картофелем со сметаной и мясом	Калорийность-163, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-13	38-4
110	*Запеканка из печени с соусом сметанным	Калорийность-219, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-3	61-7
150	*Макаронные изделия отварные	Калорийность-224, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-36	8-63
200	*Компот из свежесзаморож. клубники	Калорийность-76, Углеводы-20	8-75
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-754, Белки-26, Жиры-33, Углеводы-87	122-19
В продаже			
100	*Салат "Нежный" с зеленым горошком	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	15-49
100	*Салат "Обской"	Калорийность-106, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-3	22-46
1	Печенье "Кременкульское на сливочном масле" 25 гр		25-3
1шт	*Сок натуральный т/п, 0200л		37-95
1	Шоколад 20гр	Калорийность-110	40-23
100	*Ватрушка с джемом	Калорийность-372, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-56	25-71
100	*Ватрушка с творогом	Калорийность-372, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-56	26-34
100	*Рулетик с маком	Калорийность-347, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-61	29-45
Итого за В продаже		Калорийность-1 395, Белки-24, Жиры-49, Углеводы-185	222-93
Итого за		Калорийность-269 475, Белки-3 708, Жиры-12 909, Углеводы-33 626	510-84

ОВЗ, инвалиды 217,20 рубля 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
180	*Омлет натуральный	Калорийность-312, Белки-16, Жиры-26, Углеводы-4	50-97
20	Сыр твердых сортов в нарезке	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-35
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-18
40	*Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-19	3-57
238	*Апельсины	Калорийность-95, Белки-2, Углеводы-19	29-62
Итого за завтрак		Калорийность-601, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-48	97-69
Обед 1			
100	Огурец в нарезке	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	11-76
250	*Суп картофельный с крупой и мясом	Калорийность-288, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-28	25-35
110	*Печень говяжья по-строгановски	Калорийность-317, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-2	57-48
180	*Рис отварной	Калорийность-319 680, Белки-4 343, Жиры-15 329, Углеводы-39 937	12-05
200	*Компот из свежесзаморож. клубники	Калорийность-76, Углеводы-20	6-73
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-320 482, Белки-4 374, Жиры-15 371, Углеводы-40 012	119-52
Обед 2			
100	Огурец в нарезке	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	11-76
250	Борщ с капустой, картофелем со сметаной и мясом	Калорийность-163, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-13	29-92
110	*Запеканка из печени с соусом сметанным	Калорийность-219, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-3	47-46
180	*Макаронные изделия отварные	Калорийность-269, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-43	7-97
200	*Компот из свежесзаморож. клубники	Калорийность-76, Углеводы-20	6-73
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-848, Белки-28, Жиры-35, Углеводы-104	109-99
полдник			
1	*Йогурт питьевой Агуша	Калорийность-99, Белки-25	55
100	*Рулетик с маком	Калорийность-347, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-61	22-66
237	*Апельсины	Калорийность-95, Белки-2, Углеводы-19	29-5
Итого за полдник		Калорийность-541, Белки-34, Жиры-8, Углеводы-80	107-16
Итого за		Калорийность-322 472, Белки-4 462, Жиры-15 446, Углеводы-40 244	434-36

Директор



З.Г. Фомина

Бухгалтер

Н.В. Коносова

Ж.А. Парахнева

ч

ОВЗ, инвалиды 196,07 рубля 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>			
160	*Омлет натуральный	Калорийность-278, Белки-14, Жиры-23, Углеводы-4	45-31
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-18
30	*Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
269	*Апельсины	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22	33-48
Итого за завтрак		Калорийность-484, Белки-18, Жиры-24, Углеводы-47	82-65
<u>Обед 1</u>			
100	Огурец в нарезке	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	11-76
250	*Суп картофельный с крупой и мясом	Калорийность-288, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-28	26-49
100	*Печень говяжья по-строгановски	Калорийность-289, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-2	52-25
150	*Рис отварной	Калорийность-266 400, Белки-3 620, Жиры-12 774, Углеводы-33 281	10-04
200	*Компот из свежесзаморож. клубники	Калорийность-76, Углеводы-20	6-73
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-267 174, Белки-3 650, Жиры-12 813, Углеводы-33 356	113-42
<u>Обед 2</u>			
100	Огурец в нарезке	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	11-76
250	Борщ с капустой, картофелем со сметаной и мясом	Калорийность-163, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-13	29-92
100	*Запеканка из печени с соусом сметанным	Калорийность-199, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-3	43-31
150	*Макаронные изделия отварные	Калорийность-224, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-36	6-64
200	*Компот из свежесзаморож. клубники	Калорийность-76, Углеводы-20	6-73
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-783, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-97	104-51
<u>полдник</u>			
1	*Сок натуральный т/п, 0200л	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25	33
100	*Рулетик с маком	Калорийность-347, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-61	22-66
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-18
263	*Бананы	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	34-67
Итого за полдник		Калорийность-589, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-113	91-51
Итого за		Калорийность-269 030, Белки-3 704, Жиры-12 878, Углеводы-33 613	392-09

Директор

Бухгалтер

Н.В.Консова

Ж.А.Парахнева

ч

Льготное питание и СВО12 лет и стар105р

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед 1			
250	*Суп картофельный с крупой и мясом	Калорийность-288, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-28	26-49
100	*Печень говяжья по-строгановски	Калорийность-289, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-2	52-25
180	*Рис отварной	Калорийность-319 680, Белки-4 343, Жиры-15 329, Углеводы-39 937	12-05
200	*Компот из свежесзаморож. клубники	Калорийность-76, Углеводы-20	6-73
40	*Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-19	3-57
34	*Хлеб бородинский	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	3-93
Итого за Обед 1		Калорийность-320 468, Белки-4 373, Жиры-15 368, Углеводы-40 014	105-02
Обед 2			
85	Огурец в нарезке	Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2	10
250	*Борщ с капустой и картофелем со сметаной и мясом	Калорийность-117, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-18	28-71
110	*Запеканка из печени с соусом сметанным	Калорийность-219, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-3	47-46
180	*Макаронные изделия отварные	Калорийность-269, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-43	7-97
200	*Компот из свежесзаморож. клубники	Калорийность-76, Углеводы-20	6-73
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-765, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-101	104-96
Итого за		Калорийность-321 233, Белки-4 398, Жиры-15 398, Углеводы-40 115	209-98



Бухгалтер

Н.В.Коносова

Ж.А.Парахневич