

Льготное питание 105р 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 вязкая молочная кукурузная	Калорийность-316, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-42	21-57
200	*Какао с молоком сгущенным	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	22-21
30	Сыр твердых сортов в нарезке	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	18-49
40	*Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-19	3-57
10	Масло сливочное	Калорийность-75, Жиры-8	5-6
255	*Бананы	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	33-62
Итого за завтрак		Калорийность-829, Белки-25, Жиры-33, Углеводы-104	105-06
<u>Обед 2</u>			
230	*Суп из овощей	Калорийность-133, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	10-57
100	*Тефтели (2 вариант)	Калорийность-134, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-9	76-75
150	*Макаронные изделия отварные	Калорийность-224, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-36	6-64
200	*Компот из облепихи	Калорийность-108, Углеводы-27	6-67
22	*Хлеб пшеничный	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-96
20	*Хлеб бородинский	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-31
Итого за Обед 2		Калорийность-675, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-109	104-9
Итого за		Калорийность-1 504, Белки-44, Жиры-51, Углеводы-213	209-96

Директор



Заместитель

Н.В.Коновалов

Ж.А.Парахневич

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	Суп гороховый (вариант 2)	Калорийность-118, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-16	5-87
250	*Плов из отварной говядины	Калорийность-462, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-51	86-42
200	*Компот из облепихи	Калорийность-108, Углеводы-27	6-67
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-795, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-116	105-11
Обед 2			
200	*Суп из овощей	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18	9-19
100	*Тефтели (2 вариант)	Калорийность-134, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-9	76-49
180	*Макаронные изделия отварные	Калорийность-269, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-43	7-97
200	*Компот из облепихи	Калорийность-108, Углеводы-27	6-67
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-710, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-114	104-86
Итого за		Калорийность-1 505, Белки-48, Жиры-41, Углеводы-230	209-97

Директор

Э.Г. Фомина

Бухгалтер

Н.В. Коносова

Ж.А. Паранжевич

ч

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	Каша вязкая молочная кукурузная	Калорийность-316, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-42	28-03
200	*Какао с молоком сгущенным	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	28-88
Итого за завтрак		Калорийность-449, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-64	56-91
Обед 1			
250	Суп гороховый (вариант 2) с мясом	Калорийность-118, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-16	27-66
200	*Плов из отварной говядины	Калорийность-370, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-41	89-84
200	*Компот из облепихи	Калорийность-108, Углеводы-27	7-04
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-668, Белки-24, Жиры-18, Углеводы-99	129-25
Обед 2			
250	Суп из овощей с мясом	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	38-54
90	*Тефтели (2 вариант)	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-8	92-96
150	*Макаронные изделия отварные	Калорийность-224, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-36	8-63
200	*Компот из облепихи	Калорийность-108, Углеводы-27	7-04
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-627, Белки-15, Жиры-19, Углеводы-95	151-88
В продаже			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	24-89
100	*Салат из кукурузы с яйцом	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	33-42
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-54
1	*Сок натуральный т/п, 0,200л	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25	37-94
1шт	Шоколад 20гр		40-14
1	Печенье "Кременкульское на сливочном масле" 25 гр		25-29
1шт	*Кекс шоколадный 75гр		47-15
Итого за В продаже		Калорийность-291, Белки-4, Жиры-10, Углеводы-44	210-37
Итого за		Калорийность-2 035, Белки-56, Жиры-62, Углеводы-302	548-41

Директор

Т.Фомин

Бухгалтер

Н.В.Коносова

Ж.А.Парахнев

ч



ОВЗ, инвалиды 217,20 рублей 12 лет и ста

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	Каша вязкая молочная кукурузная	Калорийность-316, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-42	21-57
200	*Какао с молоком сгущенным	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	22-21
20	*Хлеб пшеничный	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	1-78
195	*Бананы	Калорийность-78, Белки-2, Углеводы-16	25-71
Итого за завтрак		Калорийность-575, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-90	71-27
Обед 1			
80	Помидор в нарезке	Калорийность-18, Белки-1, Углеводы-3	14-66
250	Суп гороховый (вариант 2) с мясом	Калорийность-118, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-16	21-69
280	*Плов из отварной говядины	Калорийность-518, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-57	96-79
200	*Компот из облепихи	Калорийность-108, Углеводы-27	6-67
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-869, Белки-32, Жиры-24, Углеводы-125	145-96
Обед 2			
70	Помидор в нарезке	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3	12-83
250	*Суп из овощей с мясом	Калорийность-145, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-23	32
100	*Тефтели (2 вариант)	Калорийность-134, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-9	77-68
180	*Макаронные изделия отварные	Калорийность-269, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-43	7-97
200	*Компот из облепихи	Калорийность-108, Углеводы-27	6-67
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-779, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-127	143-3
полдник			
1шт	Йогурт фруктовый Растиска 110гр		46
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-18
202	*Бананы	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-16	26-63
Итого за полдник		Калорийность-108, Белки-2, Углеводы-22	73-81
Итого за		Калорийность-2 331, Белки-72, Жиры-59, Углеводы-364	434-34

Директор

И.И. Фомина

Бухгалтер

Н.В. Коносова

Ж.А. Паранжени

ч



ОВЗ, инвалиды 196,07рублей 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 вязкая молочная кукурузная	Калорийность-316, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-42	21-57
200	*Какао с молоком сгущенным	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	22-21
30	*Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
242	*Бананы	Калорийность-97, Белки-2, Углеводы-20	31-9
Итого за завтрак		Калорийность-617, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-99	78-36
Обед 1			
250	Суп гороховый (вариант 2) с мясом	Калорийность-118, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-16	22
240	*Плов из отварной говядины	Калорийность-444, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-49	82-96
200	*Компот из облепихи	Калорийность-108, Углеводы-27	6-67
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-777, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-114	117-78
Обед 2			
60	Помидор в нарезке	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	11
200	*Суп из овощей с мясом	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18	23-13
90	*Тефтели (2 вариант)	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-8	68-84
150	*Макаронные изделия отварные	Калорийность-224, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-36	6-64
200	*Компот из облепихи	Калорийность-108, Углеводы-27	6-67
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-689, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-113	122-43
полдник			
1	Йогурт фруктовый Растешка 110гр	Калорийность-99, Белки-25	46
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-18
212	*Апельсины	Калорийность-85, Белки-2, Углеводы-17	26-39
Итого за полдник		Калорийность-211, Белки-27, Углеводы-23	73-57
Итого за		Калорийность-2 294, Белки-90, Жиры-53, Углеводы-349	392-14

Директор

Бухгалтер

Н.В.Коносова

Ж.А.Парахнева

ч

