

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>			
170	*Запеканка творожная	Калорийность-553, Белки-25, Жиры-37, Углеводы-29	55-92
30	Молоко сгущенное с сахаром	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	10-9
200	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-29, Углеводы-7	2-81
263	*Апельсины	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	32-79
30	*Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
Итого за завтрак		Калорийность-856, Белки-31, Жиры-41, Углеводы-89	105-1
<u>Обед 2</u>			
60	Помидор в нарезке	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	11-33
200	Щи из свежей капусты со сметаной	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-6	8-86
100	Птица тушеная в сметанном соусе	Калорийность-417, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-34	47-69
150	*Картофельное пюре	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22	18-46
200	*Компот из свежзаморож. брусники	Калорийность-37, Углеводы-9	12-03
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-851, Белки-31, Жиры-36, Углеводы-97	104-96
Итого за		Калорийность-1 707, Белки-62, Жиры-77, Углеводы-186	210-06

Директор

Э.Г.Филиппова

Бухгалтер

Н.В.Конюсова

Ж.А.Парахневич

ч



Льготное питание 12лет и стар и СВО 105р

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед 1</u>			
60	<i>Помидор в нарезке</i>	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	11-33
220	<i>Суп гороховый (вариант 2) с мясом</i>	Калорийность-104, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-14	18-56
100	<i>Котлета из курицы</i>	Калорийность-283, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-15	41-84
180	<i>Капуста тушеная</i>	Калорийность-168, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21	15-92
200	<i>*Компот из свежесзаморож. брусники</i>	Калорийность-37, Углеводы-9	12-03
30	<i>*Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
25	<i>*Хлеб бородинский</i>	Калорийность-30, Белки-1, Углеводы-6	2-89
Итого за Обед 1		Калорийность-707, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-82	105-25
<u>Обед 2</u>			
250	<i>Щи из свежей капусты со сметаной</i>	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8	11-12
105	<i>Птица тушеная в сметанном соусе</i>	Калорийность-438, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-36	50-08
200	<i>*Картофельное пюре</i>	Калорийность-223, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-29	24-61
200	<i>*Компот из свежесзаморож. брусники</i>	Калорийность-37, Углеводы-9	12-03
30	<i>*Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
40	<i>*Хлеб бородинский</i>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	4-62
Итого за Обед 2		Калорийность-938, Белки-32, Жиры-41, Углеводы-107	105-14
Итого за		Калорийность-1 645, Белки-62, Жиры-69, Углеводы-189	210-39

Директор

Э.Г. Фомина

Бухгалтер

Н. В. Коносова

Ж.А.Парахисви

4



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)
<u>завтрак</u>			
180	*Запеканка творожная	Калорийность-585, Белки-26, Жиры-39, Углеводы-31	61-01
30	Молоко сгущенное с сахаром	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	10-9
211	*Апельсины	Калорийность-84, Белки-2, Углеводы-17	26-31
200	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-29, Углеводы-7	2-81
Итого за завтрак		Калорийность-796, Белки-30, Жиры-42, Углеводы-72	101-03
<u>Обед 1</u>			
100	Помидор в нарезке	Калорийность-23, Белки-1, Углеводы-4	18-88
250	Суп гороховый (вариант 2) с мясом	Калорийность-118, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-16	21-24
100	Котлета из курицы	Калорийность-283, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-15	41-82
180	Капуста тушеная	Калорийность-168, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-21	16-04
200	*Компот из свежесзаморож. брусники	Калорийность-37, Углеводы-9	12-03
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-736, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-87	116-16
<u>Обед 2</u>			
250	Щи из свежей капусты со сметаной и мясом	Калорийность-155, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-8	26-53
100	Птица тушеная в сметанном соусе	Калорийность-417, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-34	47-69
180	*Картофельное пюре	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-26	22-15
200	*Компот из свежесзаморож. брусники	Калорийность-37, Углеводы-9	12-03
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-916, Белки-34, Жиры-41, Углеводы-99	114-55
<u>полдник</u>			
235	*Бананы	Калорийность-94, Белки-2, Углеводы-19	33-4
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-18
1	Печенье "Кременкульское на сливочном масле" 25 гр		22
1	Йогурт фруктовый	Калорийность-99, Белки-25	46
	Растушка 110гр		
Итого за полдник		Калорийность-220, Белки-27, Углеводы-25	102-58
Итого за		Калорийность-2 668, Белки-121, Жиры-111, Углеводы-283	434-32

Директор

Э.Г. Фомина

Бухгалтер

Н.В. Коносова

Ж.А. Парахнева

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>			
150	*Запеканка творожная	Калорийность-488, Белки-22, Жиры-33, Углеводы-26	51-14
20	Молоко сгущенное с сахаром	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	7-26
178	Яблоки	Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17	20-93
200	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-29, Углеводы-7	2-81
30	*Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
Итого за завтрак		Калорийность-734, Белки-26, Жиры-36, Углеводы-76	84-82
<u>Обед 1</u>			
100	Помидор в нарезке	Калорийность-23, Белки-1, Углеводы-4	18-88
250	Суп гороховый (вариант 2) с мясом	Калорийность-118, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-16	21-24
100	Котлетка из курицы	Калорийность-283, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-15	41-82
150	Капуста тушеная	Калорийность-140, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-17	13-63
200	*Компот из свежесзаморож. брусники	Калорийность-37, Углеводы-9	12-03
20	*Хлеб пшеничный	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	1-79
20	*Хлеб бородинский	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-31
Итого за Обед 1		Калорийность-673, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-76	111-7
<u>Обед 2</u>			
100	Помидор в нарезке	Калорийность-23, Белки-1, Углеводы-4	18-88
250	Щи из свежей капусты со сметаной и мясом	Калорийность-155, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-8	26-53
100	Птица тушеная в сметанном соусе	Калорийность-417, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-34	47-69
150	*Картофельное пюре	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22	18-46
180	*Компот из свежесзаморож. брусники	Калорийность-33, Углеводы-8	10-83
20	*Хлеб пшеничный	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	1-79
20	*Хлеб бородинский	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-31
Итого за Обед 2		Калорийность-867, Белки-34, Жиры-40, Углеводы-91	126-49
<u>полдник</u>			
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-18
1	Печенье "Кременкульское на сливочном масле" 25 гр		22
1	Йогурт фруктовый	Калорийность-99, Белки-25	46
	Растушка 110гр		
Итого за полдник		Калорийность-126, Белки-25, Углеводы-6	69-18
Итого за		Калорийность-2 400, Белки-114, Жиры-103, Углеводы-249	392-19

Директор

Э.Г. Фомина

Бухгалтер

Н.В. Коносова

Ж.А. Паракмева

ч



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
100	<i>*Запеканка творожная</i>	Калорийность-325, Белки-15, Жиры-22, Углеводы-17	45-04
200	<i>Чай с лимоном и сахаром</i>	Калорийность-29, Углеводы-7	3-65
Итого за завтрак		Калорийность-354, Белки-15, Жиры-22, Углеводы-24	48-69
<u>Обед 1</u>			
250	<i>Суп гороховый (вариант 2) с мясом</i>	Калорийность-118, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-16	27-61
100	<i>Котлета из курицы</i>	Калорийность-283, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-15	54-01
150	<i>Капуста тушеная</i>	Калорийность-140, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-17	17-29
200	<i>*Компот из свежесзаморож. брусники</i>	Калорийность-37, Углеводы-9	15-64
20	<i>*Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	2-05
20	<i>*Хлеб бородинский</i>	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-66
Итого за Обед 1		Калорийность-650, Белки-28, Жиры-27, Углеводы-72	119-26
<u>Обед 2</u>			
250	<i>Щи из свежей капусты со сметаной и мясом</i>	Калорийность-155, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-8	34-28
100	<i>Птица тушеная в сметанном соусе</i>	Калорийность-417, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-34	55-56
150	<i>*Картофельное пюре</i>	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22	24
200	<i>*Компот из свежесзаморож. брусники</i>	Калорийность-37, Углеводы-9	15-64
20	<i>*Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	2-05
20	<i>*Хлеб бородинский</i>	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-66
Итого за Обед 2		Калорийность-848, Белки-33, Жиры-40, Углеводы-88	134-19
<u>В продаже</u>			
100	<i>Салат картофельный с кукурузой и морковью</i>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8	27-8
100	<i>*Винегрет овощной</i>	Калорийность-127, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	16-88
1шт	<i>*Сок натуральный т/п, 0200л</i>		37-31
1шт	<i>Шоколад 20гр</i>		40-14
1	<i>Печенье "Кременкульское на сливочном масле" 25 гр</i>		25-3
1шт	<i>*Кекс шоколадный 75гр</i>		46
1шт	<i>*Круассан с начинкой</i>	Калорийность-4, Белки-1	69
Итого за В продаже		Калорийность-226, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-15	262-43
Итого за		Калорийность-2 078, Белки-80, Жиры-105, Углеводы-199	564-57



Э.Г. Фомина

Бухгалтер

Н.В. Коносова

Ж.А. Парахневич

ч