Школа (осень 2021 ср.ш многодет.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	1 раз.питание	
153	**Азу из говядины отварной**	кКал-203, Бел-15, Жир-9, Угл-15
	картофель, мясо, огурцы соленые, лук , томат, масло растительное, мука пшеничная , соль йодированная	
200	**Компот из свежих яблок**	кКал-101, Угл-24
	яблоки, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота	
36	**Хлеб**	кКал-76, Бел-2, Угл-16
	Итого за 1 раз.питание	кКал-380, Бел-17, Жир-9, Угл-55
	Итого за день	кКал-380, Бел-17, Жир-9, Угл-55

Директор _____ Гладышев Д.А. Калькулятор _____ Золотарева Е.Б. _____

Школа (осень 2021 нач.шк. бюджет 1р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед Начальная Школа	
19	**Салат из горошка консервированного** *зеленый горошек, масло растительное, зелень разная*	кКал-24, Бел-1, Жир-1, Угл-2
151	**Суп гороховый с картофелем** *картофель, горох , морковь, лук , масло растительное, зелень разная, чеснок, соль йодированная*	кКал-104, Бел-4, Жир-3, Угл-13
141	**Азу из говядины отварной** *картофель, мясо, огурцы соленые, лук , томат, масло растительное, мука пшеничная , соль йодированная*	кКал-187, Бел-14, Жир-9, Угл-13
180	**Компот из свежих яблок** *яблоки, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-91, Угл-22
27	**Хлеб**	кКал-57, Бел-2, Угл-12
	Итого за Обед Начальная Школа	кКал-463, Бел-21, Жир-13, Угл-62
	Итого за день	кКал-463, Бел-21, Жир-13, Угл-62

Директор _____ Гладышев Д.А. Калькулятор _____ Золотарева Е.Б. _____

Школа (осень 2021. нач.шк.2р.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак Начальная школа	
134	**Макаронные изделия отварные с маслом** *макароны , масло сливочное, соль йодированная*	кКал-181, Бел-5, Жир-4, Угл-31
69	**Бутерброд с сыром** *булки, сыр*	кКал-373, Бел-10, Жир-9, Угл-24
200	**Чай с лимоном (школа)** *сахар, лимоны, чай*	кКал-48, Угл-11
	Итого за Завтрак Начальная школа	кКал-602, Бел-15, Жир-13, Угл-66
	Обед Начальная Школа	
38	**Салат из горошка консервированного** *зеленый горошек, масло растительное, зелень разная*	кКал-48, Бел-3, Жир-2, Угл-5
252	**Суп гороховый с картофелем** *картофель, горох , морковь, лук , масло растительное, чеснок, зелень разная, соль йодированная*	кКал-173, Бел-6, Жир-6, Угл-21
193	**Азу из говядины отварной** *картофель, мясо, огурцы соленые, лук , томат, масло растительное, мука пшеничная , соль йодированная*	кКал-256, Бел-19, Жир-12, Угл-18
200	**Компот из свежих яблок** *яблоки, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-101, Угл-24
100	**Яблоки**	кКал-77, Угл-10
20	**Шоколад**	кКал-107, Бел-2, Жир-6, Угл-11
36	**Хлеб**	кКал-76, Бел-2, Угл-16
	Итого за Обед Начальная Школа	кКал-838, Бел-32, Жир-26, Угл-105
	Итого за день	кКал-1 440, Бел-47, Жир-39, Угл-171

Директор _____ Гладышев Д.А. Калькулятор _____ Золотарева Е.Б. _____

Школа (осень 2021 нач. шк. 3р.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак Начальная школа	
134	**Макаронные изделия отварные с маслом** *макароны , масло сливочное, соль йодированная*	кКал-181, Бел-5, Жир-4, Угл-31
69	**Бутерброд с сыром** *булки, сыр*	кКал-373, Бел-10, Жир-9, Угл-24
200	**Чай с лимоном (школа)** *сахар, лимоны, чай*	кКал-48, Угл-11
	Итого за Завтрак Начальная школа	кКал-602, Бел-15, Жир-13, Угл-66
	Обед Начальная Школа	
38	**Салат из горошка консервированного** *зеленый горошек, масло растительное, зелень разная*	кКал-48, Бел-3, Жир-2, Угл-5
252	**Суп гороховый с картофелем** *картофель, горох , морковь, лук , масло растительное, чеснок, зелень разная, соль йодированная*	кКал-173, Бел-6, Жир-6, Угл-21
193	**Азу из говядины отварной** *картофель, мясо, огурцы соленые, лук , томат, масло растительное, мука пшеничная , соль йодированная*	кКал-256, Бел-19, Жир-12, Угл-18
200	**Компот из свежих яблок** *яблоки, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-101, Угл-24
100	**Яблоки**	кКал-77, Угл-10
45	**Хлеб**	кКал-95, Бел-3, Угл-20
	Итого за Обед Начальная Школа	кКал-750, Бел-31, Жир-20, Угл-98
	Полдник Начальная школа	
100	**Йогурт в стаканчике**	кКал-63, Бел-5, Жир-3, Угл-4
51	**Язык слоеный**	кКал-157, Бел-5, Жир-4, Угл-26
200	**Чай с сахаром (школа)** *сахар, чай*	кКал-45, Угл-11
	Итого за Полдник Начальная школа	кКал-265, Бел-10, Жир-7, Угл-41
	Итого за день	кКал-1 617, Бел-56, Жир-40, Угл-205

Директор _____ Гладышев Д.А. Калькулятор _____ Золотарева Е.Б. _____

22.11.2021 (осень 2021 ОВЗ, 1пн)

Школа (осень 2021 ОВЗ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак Начальная школа	
104	**Макаронные изделия отварные с маслом** *макароны , масло сливочное, соль йодированная*	кКал-140, Бел-4, Жир-3, Угл-24
200	**Чай с лимоном (школа)** *сахар, лимоны, чай*	кКал-48, Угл-11
40	**Батон**	кКал-123, Бел-4, Жир-3, Угл-21
	Итого за Завтрак Начальная школа	кКал-311, Бел-8, Жир-6, Угл-56
	Завтрак Средняя школа	
105	**Макаронные изделия отварные с маслом** *макароны , масло сливочное, соль йодированная*	кКал-142, Бел-4, Жир-3, Угл-24
40	**Батон**	кКал-123, Бел-4, Жир-3, Угл-21
202	**Чай с лимоном (школа)** *сахар, лимоны, чай*	кКал-48, Угл-11
	Итого за Завтрак Средняя школа	кКал-313, Бел-8, Жир-6, Угл-56
	Обед Начальная Школа	
29	**Салат из горошка консервированного** *зеленый горошек, масло растительное, зелень разная*	кКал-37, Бел-2, Жир-2, Угл-4
201	**Суп гороховый с картофелем** *картофель, горох , морковь, лук , масло растительное, чеснок, соль йодированная, зелень разная*	кКал-138, Бел-5, Жир-4, Угл-17
173	**Азу из говядины отварной** *картофель, мясо, огурцы соленые, лук , масло растительное, томат, мука пшеничная , соль йодированная*	кКал-229, Бел-17, Жир-10, Угл-16
200	**Компот из свежих яблок** *яблоки, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-101, Угл-24
27	**Хлеб**	кКал-57, Бел-2, Угл-12
130	**Яблоки**	кКал-100, Бел-1, Жир-1, Угл-13
	Итого за Обед Начальная Школа	кКал-662, Бел-27, Жир-17, Угл-86
	Обед Средняя Школа	
29	**Салат из горошка консервированного** *зеленый горошек, масло растительное, зелень разная*	кКал-37, Бел-2, Жир-2, Угл-4
201	**Суп гороховый с картофелем** *картофель, горох , морковь, лук , масло растительное, чеснок, зелень разная, соль йодированная*	кКал-138, Бел-5, Жир-4, Угл-17
173	**Азу из говядины отварной** *картофель, мясо, огурцы соленые, лук , масло растительное, томат, мука пшеничная , соль йодированная*	кКал-229, Бел-17, Жир-10, Угл-16
200	**Компот из свежих яблок** *яблоки, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-101, Угл-24
28	**Хлеб**	кКал-59, Бел-2, Угл-12
131	**Яблоки**	кКал-101, Бел-1, Жир-1, Угл-13
	Итого за Обед Средняя Школа	кКал-665, Бел-27, Жир-17, Угл-86
	Итого за день	кКал-1 951, Бел-70, Жир-46, Угл-284

Директор _____ Гладышев Д.А. Калькулятор _____ Золотарева Е.Б. _____

Школа (осень 2021 ср.шк. бюджет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед Средняя Школа	
201	***Суп гороховый с картофелем***	кКал-138, Бел-5, Жир-4, Угл-17
	картофель, горох , морковь, лук , масло растительное, чеснок, зелень разная, соль йодированная	
200	***Компот из свежих яблок***	кКал-101, Угл-24
	яблоки, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота	
36	***Хлеб***	кКал-76, Бел-2, Угл-16
131	***Яблоки***	кКал-101, Бел-1, Жир-1, Угл-13
	Итого за Обед Средняя Школа	кКал-416, Бел-8, Жир-5, Угл-70
	Итого за день	кКал-416, Бел-8, Жир-5, Угл-70

Директор _____ Гладышев Д.А. Калькулятор _____ Золотарева Е.Б. _____

Школа (осень 2021 ср.шк. доплата)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед Средняя Школа	
29	**Салат из горошка консервированного** *зеленый горошек, масло растительное, зелень разная*	кКал-37, Бел-2, Жир-2, Угл-4
252	**Суп гороховый с картофелем** *картофель, горох , морковь, лук , масло растительное, чеснок, зелень разная, соль йодированная*	кКал-173, Бел-6, Жир-6, Угл-21
203	**Азу из говядины отварной** *картофель, мясо, огурцы соленые, лук , томат, масло растительное, мука пшеничная , соль йодированная*	кКал-269, Бел-20, Жир-12, Угл-19
200	**Компот из свежих яблок** *яблоки, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-101, Угл-24
45	**Хлеб**	кКал-95, Бел-3, Угл-20
131	**Яблоки**	кКал-101, Бел-1, Жир-1, Угл-13
20	**Шоколад**	кКал-107, Бел-2, Жир-6, Угл-11
	Итого за Обед Средняя Школа	кКал-883, Бел-34, Жир-27, Угл-112
	Итого за день	кКал-883, Бел-34, Жир-27, Угл-112

Директор _____ Гладышев Д.А. Калькулятор _____ Золотарева Е.Б. _____

Школа (Осень 2021-доплнительное)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед Начальная Школа	
235	Яблоки	кКал-181, Бел-1, Жир-1, Угл-23
	Итого за Обед Начальная Школа	кКал-181, Бел-1, Жир-1, Угл-23
	Итого за день	кКал-181, Бел-1, Жир-1, Угл-23

Директор _____ Гладышев Д.А. Калькулятор _____ Золотарева Е.Б. _____