Школа (осень 2021 ср.ш многодет.+опека)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	1 раз.питание	
52	***Салат из капусты квашеной*** *капуста квашеная, лук , сахар, масло растительное*	кКал-49, Бел-1, Жир-3, Угл-5
119	***Рыба, тушенная с овощами*** *горбуша св/м, морковь, лук , масло растительное, томат, соль йодированная*	кКал-125, Бел-17, Жир-5, Угл-3
151	***Картофель отварной*** *картофель, масло сливочное, соль йодированная*	кКал-199, Бел-3, Жир-5, Угл-25
199	***Компот из изюма*** *изюм, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-120, Бел-1, Угл-28
51	***Хлеб***	кКал-107, Бел-3, Угл-23
	Итого за 1 раз.питание	кКал-600, Бел-25, Жир-13, Угл-84
	Итого за день	кКал-600, Бел-25, Жир-13, Угл-84

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	
102	***Салат из капусты квашеной*** *капуста квашеная, лук , сахар, масло растительное*	кКал-96, Бел-2, Жир-5, Угл-9
155	***Рассольник "Ленинградский" со*** *картофель, огурцы соленые, морковь, сметана , лук , масло растительное, крупа перловая, зелень разная, чеснок, соль йодированная, лавровый лист*	кКал-80, Бел-2, Жир-3, Угл-11
69	***Рыба, тушенная с овощами*** *горбуша св/м, морковь, лук , масло растительное, томат, соль йодированная*	кКал-72, Бел-10, Жир-3, Угл-2
120	***Картофель отварной*** *картофель, масло сливочное, соль йодированная*	кКал-158, Бел-2, Жир-4, Угл-20
180	***Компот из изюма*** *изюм, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-109, Бел-1, Угл-26
26	***Хлеб***	кКал-55, Бел-2, Угл-12
	Итого за Обед Начальная Школа	кКал-570, Бел-19, Жир-15, Угл-80
	Итого за день	кКал-570, Бел-19, Жир-15, Угл-80

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	
200	**Каша Манная молочная** *молоко свежее, крупа манная, сахар, масло сливочное, соль йодированная*	кКал-255, Бел-7, Жир-10, Угл-34
42	**Печенье**	кКал-324, Бел-15, Жир-8, Угл-48
200	**Чай с лимоном (школа)** *сахар, лимоны, чай*	кКал-48, Угл-11
	Итого за Завтрак Начальная школа	кКал-627, Бел-22, Жир-18, Угл-93
	Обед Начальная Школа	
29	**Салат из капусты квашеной** *капуста квашеная, лук , сахар, масло растительное*	кКал-27, Бел-1, Жир-1, Угл-3
259	**Рассольник "Ленинградский" со** *картофель, огурцы соленые, морковь, сметана , лук , крупа перловая, масло растительное, зелень разная, чеснок, соль йодированная, лавровый лист*	кКал-133, Бел-3, Жир-5, Угл-18
119	**Рыба, тушенная с овощами** *горбуша св/м, морковь, лук , масло растительное, томат, соль йодированная*	кКал-125, Бел-17, Жир-5, Угл-3
150	**Картофель отварной** *картофель, масло сливочное, соль йодированная*	кКал-198, Бел-3, Жир-5, Угл-25
200	**Компот из изюма** *изюм, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-121, Бел-1, Угл-28
34	**Хлеб**	кКал-71, Бел-2, Угл-15
	Итого за Обед Начальная Школа	кКал-675, Бел-27, Жир-16, Угл-92
	Итого за день	кКал-1 302, Бел-49, Жир-34, Угл-185

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	
200	**Каша Манная молочная** *молоко свежее, крупа манная, сахар, масло сливочное, соль йодированная*	кКал-255, Бел-7, Жир-10, Угл-34
42	**Печенье**	кКал-324, Бел-15, Жир-8, Угл-48
200	**Чай с лимоном (школа)** *сахар, лимоны, чай*	кКал-48, Угл-11
	Итого за Завтрак Начальная школа	кКал-627, Бел-22, Жир-18, Угл-93
	Обед Начальная Школа	
29	**Салат из капусты квашеной** *капуста квашеная, лук , сахар, масло растительное*	кКал-27, Бел-1, Жир-1, Угл-3
259	**Рассольник "Ленинградский" со** *картофель, огурцы соленые, морковь, сметана , лук , крупа перловая, масло растительное, зелень разная, чеснок, соль йодированная, лавровый лист*	кКал-133, Бел-3, Жир-5, Угл-18
119	**Рыба, тушенная с овощами** *горбуша св/м, морковь, лук , масло растительное, томат, соль йодированная*	кКал-125, Бел-17, Жир-5, Угл-3
150	**Картофель отварной** *картофель, масло сливочное, соль йодированная*	кКал-198, Бел-3, Жир-5, Угл-25
200	**Компот из изюма** *изюм, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-121, Бел-1, Угл-28
42	**Хлеб**	кКал-88, Бел-2, Угл-19
	Итого за Обед Начальная Школа	кКал-692, Бел-27, Жир-16, Угл-96
	Полдник Начальная школа	
54	**Бутерброд с сыром и маслом** *булки, сыр , масло сливочное*	кКал-188, Бел-7, Жир-10, Угл-18
51	**Апельсин**	кКал-73, Угл-4
200	**Чай с сахаром (школа)** *сахар, чай*	кКал-45, Угл-11
	Итого за Полдник Начальная школа	кКал-306, Бел-7, Жир-10, Угл-33
	Итого за день	кКал-1 625, Бел-56, Жир-44, Угл-222

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

Школа (осень 2021 ОВЗ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак Начальная школа	
155	**Каша Манная молочная** *молоко свежее, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная*	кКал-198, Бел-6, Жир-8, Угл-26
42	**Печенье**	кКал-324, Бел-15, Жир-8, Угл-48
200	**Чай с лимоном (школа)** *сахар, лимоны, чай*	кКал-48, Угл-11
	Итого за Завтрак Начальная школа	кКал-570, Бел-21, Жир-16, Угл-85
	Завтрак Средняя школа	
144	**Каша Манная молочная** *молоко свежее, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная*	кКал-184, Бел-5, Жир-7, Угл-24
46	**Печенье**	кКал-355, Бел-16, Жир-9, Угл-52
200	**Чай с лимоном (школа)** *сахар, лимоны, чай*	кКал-48, Угл-11
	Итого за Завтрак Средняя школа	кКал-587, Бел-21, Жир-16, Угл-87
	Обед Начальная Школа	
102	**Салат из капусты квашеной** *капуста квашеная, лук , сахар, масло растительное*	кКал-96, Бел-2, Жир-5, Угл-9
212	**Рассольник "Ленинградский" со** *картофель, огурцы соленые, сметана , морковь, масло растительное, крупа перловая, зелень разная, лук , чеснок, соль йодированная, лавровый лист*	кКал-109, Бел-2, Жир-4, Угл-15
115	**Рыба, тушенная с овощами** *горбуша св/м, морковь, лук , масло растительное, соль йодированная, томат*	кКал-121, Бел-16, Жир-5, Угл-3
130	**Картофель отварной** *картофель, масло сливочное, соль йодированная*	кКал-171, Бел-3, Жир-4, Угл-21
200	**Компот из изюма** *изюм, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-121, Бел-1, Угл-28
34	**Хлеб**	кКал-71, Бел-2, Угл-15
	Итого за Обед Начальная Школа	кКал-689, Бел-26, Жир-18, Угл-91
	Обед Средняя Школа	
199	**Рассольник "Ленинградский" со** *картофель, огурцы соленые, морковь, сметана , чеснок, масло растительное, крупа перловая, зелень разная, лук , соль йодированная, лавровый лист*	кКал-102, Бел-2, Жир-4, Угл-14
200	**Компот из изюма** *изюм, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-121, Бел-1, Угл-28
35	**Хлеб**	кКал-73, Бел-2, Угл-16
33	**Салат из капусты квашеной** *капуста квашеная, лук , сахар, масло растительное*	кКал-31, Бел-1, Жир-2, Угл-3
112	**Рыба, тушенная с овощами** *горбуша св/м, морковь, лук , томат, масло растительное, соль йодированная*	кКал-118, Бел-16, Жир-5, Угл-3
130	**Картофель отварной** *картофель, масло сливочное, соль йодированная*	кКал-171, Бел-3, Жир-4, Угл-21
	Итого за Обед Средняя Школа	кКал-616, Бел-25, Жир-15, Угл-85
	Итого за день	кКал-2 462, Бел-93, Жир-65, Угл-348

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	
260	***Рассольник "Ленинградский" со*** *картофель, огурцы соленые, морковь, сметана , лук , масло растительное, крупа перловая, зелень разная, чеснок, соль йодированная, лавровый лист*	кКал-134, Бел-3, Жир-5, Угл-18
200	***Компот из изюма*** *изюм, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-121, Бел-1, Угл-28
42	***Хлеб***	кКал-88, Бел-2, Угл-19
	Итого за Обед Средняя Школа	кКал-343, Бел-6, Жир-5, Угл-65
	Итого за день	кКал-343, Бел-6, Жир-5, Угл-65

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	
260	**Рассольник "Ленинградский" со** *картофель, огурцы соленые, морковь, сметана , лук , масло растительное, крупа перловая, зелень разная, чеснок, соль йодированная, лавровый лист*	кКал-134, Бел-3, Жир-5, Угл-18
200	**Компот из изюма** *изюм, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-121, Бел-1, Угл-28
42	**Хлеб**	кКал-88, Бел-2, Угл-19
62	**Салат из капусты квашеной** *капуста квашеная, лук , сахар, масло растительное*	кКал-58, Бел-1, Жир-3, Угл-5
128	**Рыба, тушенная с овощами** *горбуша св/м, морковь, лук , масло растительное, томат, соль йодированная*	кКал-134, Бел-18, Жир-6, Угл-3
150	**Картофель отварной** *картофель, масло сливочное, соль йодированная*	кКал-198, Бел-3, Жир-5, Угл-25
	Итого за Обед Средняя Школа	кКал-733, Бел-28, Жир-19, Угл-98
	Итого за день	кКал-733, Бел-28, Жир-19, Угл-98

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