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	
59	***Салат из капусты белокочанной*** *капуста свежая, морковь, сахар, масло растительное, лимонная кислота, соль йодированная*	кКал-56, Бел-1, Жир-3, Угл-6
62	***Пудинг из говядины*** *мясо, молоко свежее, яйцо , масло сливочное, соль йодированная*	кКал-147, Бел-16, Жир-9, Угл-1
154	***Макаронные изделия отварные с маслом*** *макароны , масло сливочное, соль йодированная*	кКал-208, Бел-6, Жир-5, Угл-36
199	***Компот из сушеных*** *сухофрукты, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-110, Бел-1, Угл-26
70	***Хлеб***	кКал-147, Бел-4, Жир-1, Угл-31
	Итого за 1 раз.питание	кКал-668, Бел-28, Жир-18, Угл-100
	Итого за день	кКал-668, Бел-28, Жир-18, Угл-100

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	
30	***Салат из капусты белокочанной*** *капуста свежая, морковь, сахар, масло растительное, лимонная кислота, соль йодированная*	кКал-28, Бел-1, Жир-2, Угл-3
155	***Рассольник "Ленинградский" со*** *картофель, огурцы соленые, морковь, сметана , масло растительное, крупа перловая, лук , зелень разная, чеснок, соль йодированная, лавровый лист*	кКал-80, Бел-2, Жир-3, Угл-11
60	***Пудинг из говядины*** *мясо, молоко свежее, яйцо , масло сливочное, соль йодированная*	кКал-142, Бел-15, Жир-9, Угл-1
119	***Макаронные изделия отварные с маслом*** *макароны , масло сливочное, соль йодированная*	кКал-161, Бел-4, Жир-4, Угл-28
180	***Компот из сушеных*** *сухофрукты, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-99, Бел-1, Угл-24
34	***Хлеб***	кКал-71, Бел-2, Угл-15
	Итого за Обед Начальная Школа	кКал-581, Бел-25, Жир-18, Угл-82
	Итого за день	кКал-581, Бел-25, Жир-18, Угл-82

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
40	***Вафли***	кКал-217, Бел-2, Жир-12, Угл-25
200	***Чай с лимоном (школа)*** *сахар, лимоны, чай*	кКал-48, Угл-11
	Итого за Завтрак Начальная школа	кКал-520, Бел-9, Жир-22, Угл-70
	Обед Начальная Школа	
40	***Салат из капусты белокочанной*** *капуста свежая, морковь, сахар, масло растительное, лимонная кислота, соль йодированная*	кКал-38, Бел-1, Жир-2, Угл-4
261	***Рассольник "Ленинградский" со*** *картофель, огурцы соленые, сметана , морковь, лук , масло растительное, крупа перловая, зелень разная, чеснок, соль йодированная, лавровый лист*	кКал-134, Бел-3, Жир-5, Угл-18
71	***Пудинг из говядины*** *мясо, молоко свежее, яйцо , масло сливочное, соль йодированная*	кКал-168, Бел-18, Жир-10, Угл-1
150	***Макаронные изделия отварные с маслом*** *макароны , масло сливочное, соль йодированная*	кКал-203, Бел-5, Жир-5, Угл-35
200	***Компот из сушеных*** *сухофрукты, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-110, Бел-1, Угл-26
46	***Хлеб***	кКал-97, Бел-3, Угл-20
	Итого за Обед Начальная Школа	кКал-750, Бел-31, Жир-22, Угл-104
	Итого за день	кКал-1 270, Бел-40, Жир-44, Угл-174

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
40	***Вафли***	кКал-217, Бел-2, Жир-12, Угл-25
200	***Чай с лимоном (школа)*** *сахар, лимоны, чай*	кКал-48, Угл-11
	Итого за Завтрак Начальная школа	кКал-520, Бел-9, Жир-22, Угл-70
	Обед Начальная Школа	
30	***Салат из капусты белокочанной*** *капуста свежая, морковь, сахар, масло растительное, соль йодированная, лимонная кислота*	кКал-28, Бел-1, Жир-2, Угл-3
261	***Рассольник "Ленинградский" со*** *картофель, огурцы соленые, сметана , морковь, лук , масло растительное, крупа перловая, зелень разная, чеснок, соль йодированная, лавровый лист*	кКал-134, Бел-3, Жир-5, Угл-18
71	***Пудинг из говядины*** *мясо, молоко свежее, яйцо , масло сливочное, соль йодированная*	кКал-168, Бел-18, Жир-10, Угл-1
150	***Макаронные изделия отварные с маслом*** *макароны , масло сливочное, соль йодированная*	кКал-203, Бел-5, Жир-5, Угл-35
200	***Компот из сушеных*** *сухофрукты, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-110, Бел-1, Угл-26
58	***Хлеб***	кКал-122, Бел-3, Жир-1, Угл-26
	Итого за Обед Начальная Школа	кКал-765, Бел-31, Жир-23, Угл-109
	Полдник Начальная школа	
100	***Йогурт в стаканчике***	кКал-63, Бел-5, Жир-3, Угл-4
75	***Булочка "Веснушка"*** *мука пшеничная , сахар, масло сливочное, изюм, яйцо , дрожжи , масло растительное, ванилин*	
200	***Чай с сахаром (школа)*** *сахар, чай*	кКал-45, Угл-11
	Итого за Полдник Начальная школа	кКал-108, Бел-5, Жир-3, Угл-15
	Итого за день	кКал-1 393, Бел-45, Жир-48, Угл-194

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

26.01.2022 (осень 2021 ОВЗ, 2ср)

Школа (осень 2021 ОВЗ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак Начальная школа	
100/5/5	***Каша Манная молочная***	кКал-140, Бел-4, Жир-5, Угл-19
	молоко свежее, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная	
200	***Чай с лимоном (школа)***	кКал-48, Угл-11
	сахар, лимоны, чай	
	Итого за Завтрак Начальная школа	кКал-188, Бел-4, Жир-5, Угл-30
	Завтрак Средняя школа	
100/5/5	***Каша Манная молочная***	кКал-140, Бел-4, Жир-5, Угл-19
	молоко свежее, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная	
200	***Чай с лимоном (школа)***	кКал-48, Угл-11
	сахар, лимоны, чай	
	Итого за Завтрак Средняя школа	кКал-188, Бел-4, Жир-5, Угл-30
	Обед Начальная Школа	
261	***Рассольник "Ленинградский" со***	кКал-134, Бел-3, Жир-5, Угл-18
	картофель, огурцы соленые, сметана , морковь, лук , масло растительное, крупа перловая, зелень разная, чеснок, соль йодированная, лавровый лист	
55	***Пудинг из говядины***	кКал-131, Бел-14, Жир-8, Угл-1
	мясо, яйцо , молоко свежее, масло сливочное, соль йодированная	
134	***Макаронные изделия отварные с маслом***	кКал-181, Бел-5, Жир-4, Угл-31
	макароны , масло сливочное, соль йодированная	
200	***Компот из сушеных***	кКал-110, Бел-1, Угл-26
	сухофрукты, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота	
58	***Хлеб***	кКал-122, Бел-3, Жир-1, Угл-26
	Итого за Обед Начальная Школа	кКал-678, Бел-26, Жир-18, Угл-102
	Обед Средняя Школа	
261	***Рассольник "Ленинградский" со***	кКал-134, Бел-3, Жир-5, Угл-18
	картофель, огурцы соленые, сметана , морковь, лук , масло растительное, крупа перловая, чеснок, зелень разная, соль йодированная, лавровый лист	
55	***Пудинг из говядины***	кКал-131, Бел-14, Жир-8, Угл-1
	мясо, молоко свежее, масло сливочное, яйцо , соль йодированная	
134	***Макаронные изделия отварные с маслом***	кКал-181, Бел-5, Жир-4, Угл-31
	макароны , масло сливочное, соль йодированная	
200	***Компот из сушеных***	кКал-110, Бел-1, Угл-26
	сухофрукты, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота	
58	***Хлеб***	кКал-122, Бел-3, Жир-1, Угл-26
	Итого за Обед Средняя Школа	кКал-678, Бел-26, Жир-18, Угл-102
	Итого за день	кКал-1 732, Бел-60, Жир-46, Угл-264

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	
261	***Рассольник "Ленинградский" со*** *картофель, огурцы соленые, сметана , морковь, лук , масло растительное, крупа перловая, чеснок, зелень разная, соль йодированная, лавровый лист*	кКал-134, Бел-3, Жир-5, Угл-18
200	***Компот из сушеных*** *сухофрукты, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-110, Бел-1, Угл-26
58	***Хлеб***	кКал-122, Бел-3, Жир-1, Угл-26
	Итого за Обед Средняя Школа	кКал-366, Бел-7, Жир-6, Угл-70
	Итого за день	кКал-366, Бел-7, Жир-6, 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	
40	***Салат из капусты белокочанной*** *капуста свежая, морковь, сахар, масло растительное, лимонная кислота, соль йодированная*	кКал-38, Бел-1, Жир-2, Угл-4
261	***Рассольник "Ленинградский" со*** *картофель, огурцы соленые, сметана , морковь, лук , масло растительное, крупа перловая, чеснок, зелень разная, соль йодированная, лавровый лист*	кКал-134, Бел-3, Жир-5, Угл-18
74	***Пудинг из говядины*** *мясо, молоко свежее, яйцо , масло сливочное, соль йодированная*	кКал-176, Бел-19, Жир-11, Угл-1
150	***Макаронные изделия отварные с маслом*** *макароны , масло сливочное, соль йодированная*	кКал-203, Бел-5, Жир-5, Угл-35
200	***Компот из сушеных*** *сухофрукты, сахар, лимонная кислота, аскорбиновая кислота*	кКал-110, Бел-1, Угл-26
58	***Хлеб***	кКал-122, Бел-3, Жир-1, Угл-26
	Итого за Обед Средняя Школа	кКал-783, Бел-32, Жир-24, Угл-110
	Итого за день	кКал-783, Бел-32, Жир-24, Угл-110

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