

(194,00 ОБЗ 12 лет и старше 1 смена 08:45-11:40)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	Стоимость питания
Завтрак						
200	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая с	287	9	14	32	25-87
5	Маслом сливочным	37		4		6-58
200	Чай с сахаром	57			15	4-01
75	Крендель сахарный	299	5	10	46	20-51
10	Хлеб ржаной	17	1		3	0-72
130	Мандарин	49	1		10	30-48
620	Итого за Завтрак	746	16	28	106	88-17
Обед						
30	Помидор в нарезке	6			1	8-65
250	Борщ с капустой и картофелем с	95	2	5	11	8-97
10	Мясными консервами для супа	21	2	2		7-15
10	Сметаной	16		2		3-95
90	Птица отварная с	219	21	15	1	43-95
5	Маслом сливочным	37		4		6-58
160	Капуста тушеная	101	6	6	6	16-19
200	Компот из свежих плодов /яблок/	96	1		23	8-09
22	Хлеб пшеничный	52	2		11	1-58
10	Хлеб ржаной	17	1		3	0-72
787	Итого за Обед	660	35	34	56	105-83
1 407	Итого за день	1 406	51	62	162	194-00

(194,00 ОБЗ 12 лет и старше 2 смена 14:45-16:00)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	Стоимость питания
Обед						
30	Огурец в нарезке	5			1	7-44
250	Борщ с капустой и картофелем с	95	2	5	11	8-98
10	Мясными консервами для супа	21	2	2		6-27
10	Сметаной	16		2		3-95
100	Птица отварная с	243	24	16	1	48-82
180	Капуста тушеная	113	7	6	7	18-20
200	Компот из свежих яблок и черной смородины	182	1		46	13-73
22	Хлеб пшеничный	52	2		11	1-58
10	Хлеб ржаной	17	1		3	0-72
812	Итого за Обед	744	39	31	80	109-69
Полдник 15:40						
100	Плюшка Московская	364	9	9	62	21-75
200	Сок натуральный в ассортименте	46	1			33-59
200	Яблоко	94	1	1	20	28-97
500	Итого за Полдник 15:40	504	11	10	82	84-31
1312	Итого за день	1 248	50	41	162	194-00

Утверждаю
Директор

А.А.Ятайкина

Заведующая
столовойВагина Надежда
НиколаевнаБухгалтер-
калькулятор

Л.В. Сурова

(175,11 ОБЗ 7-11 лет 1 смена 08:45-11:40)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	Стоимость питания
Завтрак						
200	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая с	287	9	14	32	26-10
5	Маслом сливочным	37		4		6-45
200	Чай с сахаром	57			15	3-44
75	Крендель сахарный	299	5	10	46	19-88
10	Хлеб ржаной	17	1		3	0-72
110	Мандарин	42	1		8	25-80
600	Итого за Завтрак	739	16	28	104	82-39
Обед						
30	Помидор в нарезке	6			1	8-49
200	Борщ с капустой и картофелем с	76	1	4	9	7-91
5	Мясными консервами для супа	11	1	1		3-29
5	Сметаной	8		1		2-01
80	Птица отварная с	194	19	13		39-05
5	Маслом сливочным	37		4		6-45
150	Капуста тушеная	95	6	5	6	15-13
200	Компот из свежих плодов /яблок/	96	1		23	8-09
22	Хлеб пшеничный	52	2		11	1-58
10	Хлеб ржаной	17	1		3	0-72
707	Итого за Обед	592	31	28	53	92-72
1307	Итого за день	1331	47	56	157	175-11

(175,11 ОБЗ 7-11 лет 2 смена 14:45-16:00)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	Стоимость питания
Обед						
30	Огурец в нарезке	5			1	7-44
200	Борщ с капустой и картофелем с	76	1	4	9	7-91
5	Мясными консервами для супа	11	1	1		3-29
5	Сметаной	8		1		2-01
80	Птица отварная с	194	19	13		39-05
5	Маслом сливочным	37		4		6-45
150	Капуста тушеная	95	6	5	6	15-13
200	Компот из свежих яблок и черной смородины	182	1		46	13-72
22	Хлеб пшеничный	52	2		11	1-58
10	Хлеб ржаной	17	1		3	0-72
707	Итого за Обед	677	31	28	76	97-30
Полдник 15:40						
100	Плюшка Московская	364	9	9	62	21-04
200	Сок натуральный в ассортименте	46	1			33-59
160	Яблоко	75	1	1	16	23-18
460	Итого за Полдник 15:40	485	11	10	78	77-81
1167	Итого за день	1162	42	38	154	175-11

Утверждаю
ДиректорА.А.Ятэйкина
Заведующая
столовойВагина Надежда
НиколаевнаБухгалтер-
калькулятор

Л.В. Суровова

(96,00 СВО и СМГ 1смена 11:40)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	Стоимость питания
<i>Обед</i>						
200	<i>Борщ с капустой и картофелем с</i>	76	1	4	9	7-80
15	<i>Мясными консервами для супа</i>	32	2	3		10-49
5	<i>Сметаной</i>	8		1		2-17
90	<i>Птица отварная с</i>	219	21	15	1	43-94
5	<i>Маслом сливочным</i>	37		4		6-15
150	<i>Капуста тушеная</i>	95	6	5	6	15-13
200	<i>Компот из свежих плодов /яблок/</i>	96	1		23	8-09
22	<i>Хлеб пшеничный</i>	52	2		11	1-58
10	<i>Хлеб ржаной</i>	17	1		3	0-65
697	Итого за Обед	632	34	32	53	96-00

(96,00 СВО и СМГ 2 смена 14:40)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	Стоимость питания
<i>Обед</i>						
200	<i>Борщ с капустой и картофелем с</i>	76	1	4	9	7-80
10	<i>Мясными консервами для супа</i>	21	2	2		5-27
5	<i>Сметаной</i>	8		1		2-17
90	<i>Птица отварная с</i>	219	21	15	1	43-93
5	<i>Маслом сливочным</i>	37		4		6-45
150	<i>Капуста тушеная</i>	95	6	5	6	15-13
200	<i>Компот из свежих яблок и черной смородины</i>	182	1		46	13-02
22	<i>Хлеб пшеничный</i>	52	2		11	1-58
10	<i>Хлеб ржаной</i>	17	1		3	0-65
692	Итого за Обед	707	34	31	76	96-00

Утверждаю
Директор

А.А.Ятайкина

Заведующая
столовойВагина Надежда
НиколаевнаБухгалтер-
калькулятор

Л.В. Сурова



(96,00 ТЖС 12 лет и старше 1смена 11:40)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	Стоимость питания
<i>Обед</i>						
200	<i>Борщ с капустой и картофелем с</i>	76	1	4	9	7-80
15	<i>Мясными консервами для супа</i>	32	2	3		10-49
5	<i>Сметаной</i>	8		1		2-17
90	<i>Птица отварная с</i>	219	21	15	1	43-94
5	<i>Маслом сливочным</i>	37		4		6-15
150	<i>Капуста тушеная</i>	95	6	5	6	15-13
200	<i>Компот из свежих плодов /яблок/</i>	96	1		23	8-09
22	<i>Хлеб пшеничный</i>	52	2		11	1-58
10	<i>Хлеб ржаной</i>	17	1		3	0-65
697	Итого за Обед	632	34	32	53	96-00

Обед дополнительный

200	<i>Борщ с капустой и картофелем с</i>	76	1	4	9	7-80
15	<i>Мясными консервами для супа</i>	32	2	3		10-49
5	<i>Сметаной</i>	8		1		2-17
90	<i>Птица отварная с</i>	219	21	15	1	43-94
5	<i>Маслом сливочным</i>	37		4		6-15
150	<i>Картофельное пюре</i>	138	3	7	17	15-13
200	<i>Компот из свежих плодов /яблок/</i>	96	1		23	8-09
22	<i>Хлеб пшеничный</i>	52	2		11	1-58
10	<i>Хлеб ржаной</i>	17	1		3	0-65
697	Итого за Обед	675	31	34	64	96-00

(96,00 ТЖС 12 лет и старше 2 смена 14:40)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	Стоимость питания
<i>Обед</i>						
200	<i>Борщ с капустой и картофелем с</i>	76	1	4	9	7-80
10	<i>Мясными консервами для супа</i>	21	2	2		5-27
5	<i>Сметаной</i>	8		1		2-17
90	<i>Птица отварная с</i>	219	21	15	1	43-93
5	<i>Маслом сливочным</i>	37		4		6-45
150	<i>Капуста тушеная</i>	95	6	5	6	15-13
200	<i>Компот из свежих яблок и черной смородины</i>	182	1		46	13-02
22	<i>Хлеб пшеничный</i>	52	2		11	1-58
10	<i>Хлеб ржаной</i>	17	1		3	0-65
692	Итого за Обед	707	34	31	76	96-00
692	Итого за день	707	34	31	76	96-00

Утверждаю
Директор

А.А. Ятэйкина

Заведующая
столовойВагина Надежда
НиколаевнаБухгалтер-
калькулятор

Л.В. Суrowa

(82,26 (7-11 лет завтрак 08:45))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	Стоимость питания
Завтрак						
35	<i>Сыр порционный нарезка</i>	121	9	9		25-87
200	<i>Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая с</i>	287	9	14	32	27-82
10	<i>Маслом сливочным</i>	75		8		13-21
200	<i>Кофейный напиток на сгущенном молоке</i>	113	3	2	21	20-03
22	<i>Хлеб пшеничный</i>	52	2		11	1-58
10	<i>Хлеб ржаной</i>	17	1		3	0-65
140	<i>Мандарин</i>	53	1		11	32-84
617	Итого за Завтрак	718	25	33	78	122-00
617	Итого за день	718	25	33	78	122-00

(82,26 (7-11 лет завтрак 09:45))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	Стоимость питания
2 завтрак						
90	<i>Котлеты из курицы /филе/ с</i>	154	17	4	11	41-51
30	<i>Соусом сметанным с томатом.</i>	39	1	3	19	7-54
160	<i>Макаронные изделия отварные с сыром</i>	220	10	8	27	20-96
200	<i>Кофейный напиток на сгущенном молоке</i>	113	3	2	21	20-03
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	94	3		20	2-88
200	<i>Яблоко</i>	94	1	1	20	29-08
720	Итого за 2 завтрак	714	35	18	118	122-00
720	Итого за день	714	35	18	118	122-00

(82,26 (7-11 лет обед 14:45))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	Стоимость питания
Обед						
80	<i>Суфле из кур с</i>	199	12	15	3	59-92
10	<i>Маслом сливочным</i>	75		8		13-21
150	<i>Рис припущенный</i>	198	4	6	32	12-89
180	<i>Компот из свежих яблок и черной смородины</i>	164	1		41	12-36
22	<i>Хлеб пшеничный</i>	52	2		11	1-58
100	<i>Плюшка Московская</i>	364	9	9	62	22-04
542	Итого за Обед	1 052	28	38	149	122-00
542	Итого за день	1 052	28	38	149	122-00

Утверждаю
Директор

А.А.Ятайкина

Заведующая
столовойВагина Надежда
НиколаевнаБухгалтер-
калькулятор

Л.В. Сурова