

**12.04.21 Комплекс бесплатного питания для учащихся начальных классов**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Обед</u></b>			
25	<b>Огурцы порционно</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>4-37</b>
195	<b>Плов (свинина)*</b> <i>свинина, крупа рисовая круглозерный, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, перец чёрный молотый</i>	Калорийность-347, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-36	<b>40-50</b>
200	<b>Компот из клюквы*</b> <i>клюква, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>7-84</b>
50	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-110, Белки-3, Углеводы-19	<b>2-90</b>
104	<b>Яблоко свежее*</b>	Калорийность-41, Углеводы-9	<b>9-88</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-578, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-85	<b>65-49</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-578, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-85	<b>65-49</b>

**12.04.21 Комплекс бесплатного питания для отдельных категорий обучающихся**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль)*</b> <i>картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	<b>5-80</b>
195	<b>Плов (свинина)*</b> <i>свинина, крупа рисовая круглозерный, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, перец чёрный молотый</i>	Калорийность-347, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-36	<b>40-50</b>
200	<b>Компот из клюквы*</b> <i>клюква, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>7-84</b>
29	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-11	<b>1-68</b>
30	<b>Вафли*</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>4-20</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-666, Белки-23, Жиры-20, Углеводы-97	<b>60-02</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-666, Белки-23, Жиры-20, Углеводы-97	<b>60-02</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

Зав.столовой \_\_\_\_\_ А.А. Огурецкая

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

## 12.04.21 Комплекс бесплатного питания для детей с ОВЗ 7-10 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Омлет натуральный с м.сл.*</b> <i>яйцо, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-202, Белки-11, Жиры-17, Углеводы-2	<b>40-68</b>
200/15/7	<b>Чай с сахаром и с лимоном*</b> <i>сахар, лимон, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>3-93</b>
29	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-11	<b>1-68</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-365, Белки-15, Жиры-19, Углеводы-31	<b>46-29</b>
<b><u>Обед</u></b>			
25	<b>Огурцы порционно</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>4-37</b>
200	<b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль)*</b> <i>картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-111, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-17	<b>4-65</b>
195	<b>Плов (свинина)*</b> <i>свинина, крупа рисовая круглозерный, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, перец чёрный молотый</i>	Калорийность-347, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-36	<b>40-50</b>
200	<b>Компот из кураги*</b> <i>сахар, курага, лимонная кислота</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	<b>4-21</b>
50	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-110, Белки-3, Углеводы-19	<b>2-90</b>
104	<b>Яблоко свежее*</b>	Калорийность-41, Углеводы-9	<b>9-88</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-709, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-105	<b>66-51</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
35	<b>Мини-рулет*</b>	Калорийность-129, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22	<b>10-19</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-129, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22	<b>10-19</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 203, Белки-40, Жиры-42, Углеводы-158	<b>122-99</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

Зав.столовой \_\_\_\_\_ А.А. Огурецкая

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

**12.04.21 Комплекс бесплатного питания для детей с ОВЗ 11-18 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Омлет натуральный с м.сл.*</b> <i>яйцо, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-202, Белки-11, Жиры-17, Углеводы-2	<b>40-68</b>
200	<b>Кофейный напиток со сгущенным молоком*</b> <i>молоко сгущенное, кофейный напиток</i>	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	<b>9-15</b>
50	<b>Батон нарезной*</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-24	<b>3-50</b>
149	<b>Апельсин*</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>20-86</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-474, Белки-17, Жиры-20, Углеводы-35	<b>74-19</b>
<b><u>Обед</u></b>			
050	<b>Огурцы порционно</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	<b>8-75</b>
250	<b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль)*</b> <i>картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	<b>5-80</b>
195	<b>Плов (свинина)*</b> <i>свинина, крупа рисовая круглозерный, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, перец чёрный молотый</i>	Калорийность-347, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-36	<b>40-50</b>
200	<b>Компот из клюквы*</b> <i>клюква, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>7-84</b>
50	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-110, Белки-3, Углеводы-19	<b>2-90</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-679, Белки-23, Жиры-20, Углеводы-98	<b>65-79</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 153, Белки-40, Жиры-40, Углеводы-133	<b>139-98</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

Зав.столовой \_\_\_\_\_ А.А. Огурецкая

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Омлет натуральный с м.сл.*</b> <i>яйцо, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-202, Белки-11, Жиры-17, Углеводы-2	<b>52-95</b>
200	<b>Кофейный напиток со сгущенным молоком*</b> <i>молоко сгущенное, кофейный напиток</i>	Калорийность-118, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	<b>11-89</b>
200/10	<b>Каша пшеничная с м.сл.*</b> <i>пшено, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-219, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-32	<b>18-39</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-539, Белки-18, Жиры-25, Углеводы-35	<b>83-23</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль)*</b> <i>картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	<b>6-79</b>
195	<b>Плов (свинина)*</b> <i>свинина, крупа рисовая круглозерный, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, перец чёрный молотый</i>	Калорийность-347, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-36	<b>53-23</b>
200	<b>Компот из клюквы*</b> <i>клюква, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>10-15</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-562, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-78	<b>70-17</b>
<b><u>Обед 2</u></b>			
100	<b>Винегрет овощной*</b> <i>картофель, свекла, огурцы соленые, домашние, лук репчатый, зеленый горошек, морковь, масло растительное рафинированное, соль</i>	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	<b>8-05</b>
100/25	<b>Птица отварная с/с*</b> <i>мясо цыплят бройлеров, масло растительное рафинированное, лук репчатый, морковь, мука, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-131, Белки-23, Жиры-4	<b>32-32</b>
50/50	<b>Гуляш из говядины*</b> <i>говядина, лук репчатый, томатная паста, масло растительное рафинированное, мука, перец чёрный молотый, соль</i>	Калорийность-198, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-4	<b>41-90</b>
75/25	<b>Рыба припущ кета в соусе*</b> <i>кета, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, лавровый лист, соль</i>	Калорийность-131, Белки-23, Жиры-4	<b>58-25</b>
50/25	<b>Говядина отварная с/с</b> <i>говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, лавровый лист, соль</i>	Калорийность-264, Белки-23, Жиры-19	<b>42-51</b>
75/25	<b>Бифштекс Андрон с/с</b> <i>говядина, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, морковь, соль, томатная паста, перец чёрный молотый, лавровый лист, сахар</i>	Калорийность-162, Белки-22, Жиры-8	<b>46-94</b>
120/25	<b>Голень ц.бр.жареная с/с*</b> <i>голень цыплят, масло растительное рафинированное, лук репчатый, морковь, соль, мука, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, лавровый лист</i>	Калорийность-249, Белки-22, Жиры-18, Углеводы-1	<b>36-03</b>
200	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макароны,400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>12-98</b>
200	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	<b>10-81</b>
200	<b>Компот из вишни*</b>	Калорийность-103, Белки-1, Углеводы-25	<b>15-07</b>

200	<i>вишня без косточек, сахар, лимонная кислота</i> <b>Компот из брусники*</b> <i>брусника, сахар</i>	Калорийность-85, Углеводы-21	<b>13-57</b>
200/15/7	<b>Чай с сахаром и с лимоном*</b> <i>сахар, лимон, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>5-04</b>
<b>Итого за Обед</b>		2 Калорийность-1 837, Белки-141, Жиры-84, Углеводы-125	<b>323-47</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Сосиска в тесте*</b> <i>яйцо, сосиски, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>37-00</b>
100	<b>Пирожок с картошкой*</b> <i>яйцо, мука, картофель, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>17-29</b>
50	<b>Булочка закусоч*</b> <i>яйцо, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>8-23</b>
030	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	<b>15-48</b>
30	<b>Колбаса варено/к порциями</b>	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-6	<b>16-99</b>
100	<b>Крендель сахарный*</b> <i>яйцо, мука, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>17-16</b>
75	<b>Корж молочный</b>	Калорийность-276, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-46	<b>22-10</b>
60	<b>Круассан с вар. сгущ.</b>	Калорийность-201, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-32	<b>29-90</b>
500	<b>Вода питьевая негаз*</b>		<b>20-80</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-1 428, Белки-31, Жиры-63, Углеводы-198	<b>184-95</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-4 366, Белки-210, Жиры-192, Углеводы-436	<b>661-82</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

Зав.столовой \_\_\_\_\_ А.А. Огурецкая

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова