

**27.04.21 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>			
17	<b>Помидоры порционные</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>2-90</b>
120/25	<b>Тефтели мясные с/с*</b> <i>говядина, лук репчатый, масло растительное рафинированное, перец чёрный молотый, лавровый лист, соль, томатная паста</i>	Калорийность-212, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-13	<b>34-01</b>
150	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-77, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-8	<b>7-62</b>
200	<b>Компот из черной смородины</b> <i>черная смородина, сахар</i>	Калорийность-85, Углеводы-21	<b>7-58</b>
30	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-32</b>
86	<b>Апельсин*</b>	Калорийность-23, Белки-1, Углеводы-5	<b>12-04</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-470, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-61	<b>65-47</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-470, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-61	<b>65-47</b>

**27.04.21 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 гороховый*</b> <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	<b>9-87</b>
120/25	<b>Тефтели мясные с/с*</b> <i>говядина, лук репчатый, мука, морковь, масло растительное рафинированное, крупа рисовая круглозерный, сахар, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-212, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-13	<b>31-04</b>
200	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	<b>10-06</b>
200	<b>Компот из черной смородины</b> <i>черная смородина, сахар</i>	Калорийность-85, Углеводы-21	<b>7-58</b>
33	<b>Хлеб пшеничный*</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-14	<b>1-45</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-614, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-80	<b>60-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-614, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-80	<b>60-00</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

**27.04.21 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>			
100/10	<b>Запеканка из творога *</b> <i>творог, джем, сахар, крупа манная, яйцо, масло сливочное, хлеб пшеничный</i>	Калорийность-193, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-29	<b>27-17</b>
200/15	<b>Чай с сахаром *</b> <i>сахар, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>2-73</b>
60	<b>Батон нарезной *</b>	Калорийность-137, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-28	<b>4-20</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-429, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-75	<b>34-10</b>
<b><u>Обед</u></b>			
17	<b>Помидоры порционные</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>2-90</b>
250	<b>Суп гороховый *</b> <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	<b>9-87</b>
120/25	<b>Тефтели мясные с/с*</b> <i>говядина, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, морковь, крупа рисовая круглозерный, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист, соль, томатная паста</i>	Калорийность-212, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-13	<b>34-01</b>
150	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-77, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-8	<b>7-62</b>
200	<b>Компот из черной смородины</b> <i>черная смородина, сахар</i>	Калорийность-85, Углеводы-21	<b>7-58</b>
30	<b>Хлеб пшеничный *</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-32</b>
88	<b>Апельсин *</b>	Калорийность-23, Белки-1, Углеводы-5	<b>12-32</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-609, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-83	<b>75-62</b>
<b><u>Полдник</u></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>13-21</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>13-21</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 233, Белки-39, Жиры-39, Углеводы-188	<b>122-93</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

**27.04.21 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>			
100/10	<b>Запеканка из творога *</b> <i>творог, джем, сахар, крупа манная, яйцо, масло сливочное, хлеб пшеничный</i>	Калорийность-193, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-29	<b>27-13</b>
200/15	<b>Чай с сахаром *</b> <i>сахар, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>2-73</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-292, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-47	<b>29-86</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Суп гороховый *</b> <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	<b>9-87</b>
120/25	<b>Тефтели мясные с/с*</b> <i>говядина, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, морковь, крупа рисовая круглозерный, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист, соль, томатная паста</i>	Калорийность-212, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-13	<b>34-01</b>
200	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	<b>10-06</b>
200	<b>Компот из черной смородины</b> <i>черная смородина, сахар</i>	Калорийность-85, Углеводы-21	<b>7-58</b>
58	<b>Хлеб пшеничный *</b>	Калорийность-133, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25	<b>2-55</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-672, Белки-24, Жиры-24, Углеводы-91	<b>64-07</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Сок Сады прид</b>	Калорийность-30, Углеводы-6	<b>18-06</b>
40	<b>Фруктовый батончик*</b>	Калорийность-135, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-14	<b>28-00</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-165, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-20	<b>46-06</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 129, Белки-33, Жиры-40, Углеводы-158	<b>139-99</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

## 27.04.21 меню для свободной продажи

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
100/10	<b>Запеканка из творога *</b> <i>творог, джем, сахар, крупа манная, яйцо, масло сливочное, хлеб пшеничный</i>	Калорийность-193, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-29	<b>35-04</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 Завтрак</b>		Калорийность-292, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-47	<b>40-08</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Суп гороховый *</b> <i>картофель, мясо цыплят бройлеров, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22	<b>12-49</b>
120/25	<b>Тефтели мясные с/с *</b> <i>говядина, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, морковь, крупа рисовая круглозерный, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист, соль, томатная паста</i>	Калорийность-212, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-13	<b>44-22</b>
200	<b>Картофельное пюре *</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	<b>11-22</b>
200	<b>Компот из черной смородины</b> <i>черная смородина, сахар</i>	Калорийность-85, Углеводы-21	<b>9-85</b>
50	<b>Хлеб пшеничный *</b>	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	<b>2-86</b>
200	<b>Компот из черной смородины</b> <i>черная смородина, сахар</i>	Калорийность-85, Углеводы-21	<b>9-85</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-738, Белки-24, Жиры-24, Углеводы-109	<b>90-49</b>
<b><u>Обед 2</u></b>			
100	<b>Салат бабушкин *</b> <i>огурцы, сосиски, зеленый горошек, масло растительное рафинированное, яйцо</i>	Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-10	<b>25-90</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>8-20</b>
75/25	<b>Рыба припущ кета в соусе *</b> <i>кета, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, сахар, перец чёрный молотый, лавровый лист, соль</i>	Калорийность-131, Белки-23, Жиры-4	<b>60-36</b>
200/10	<b>Каша манная с м.сл *</b> <i>крупа манная, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-176, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-21	<b>14-07</b>
50/25	<b>Говядина отварная с/с</b> <i>говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-264, Белки-23, Жиры-19	<b>42-50</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>41-84</b>
100/25	<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-215, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-1	<b>31-05</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>53-16</b>
75/25	<b>Бифитекс Андрон с/с</b> <i>говядина, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, морковь, соль, томатная паста, перец чёрный</i>	Калорийность-162, Белки-22, Жиры-8	<b>46-93</b>

молотый, сахар, лавровый лист

200	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макаронны, 400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>12-00</b>
200	<b>Гречка отварная*</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-301, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-37	<b>17-53</b>
200	<b>Компот из брусники*</b> <i>брусника, сахар</i>	Калорийность-85, Углеводы-21	<b>13-57</b>

---

**Итого за Обед** 2 Калорийность-2 355, Белки-139, Жиры-115, Углеводы-176 **367-11**

**Полдник**

200	<b>Компот из вишни*</b> <i>вишня без косточек, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-103, Белки-1, Углеводы-25	<b>15-07</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>15-21</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>15-53</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>35-04</b>
75	<b>Корж молочный</b>	Калорийность-276, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-46	<b>22-10</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>7-26</b>
030	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	<b>16-18</b>
30	<b>Колбаса варено/к порциями</b>	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-6	<b>16-98</b>
60	<b>Круассан с вар. сгущ.</b>	Калорийность-201, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-32	<b>29-90</b>
200	<b>Сок Сады прид</b>	Калорийность-30, Углеводы-6	<b>27-83</b>
500	<b>Вода питьевая негаз*</b>		<b>20-80</b>

---

**Итого за Полдник** Калорийность-1 561, Белки-32, Жиры-63, Углеводы-229 **221-90**

---

**Итого за день** Калорийность-4 946, Белки-202, Жиры-210, Углеводы-561 **719-58**

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

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

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова