

среда

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Завтрак-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)					
Сб.рец.2004г.М осква	302	150/7,5	Калорийность-219, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-33, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <i>Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа рисовая, Вода, Масса каши, Масло сливочное</i>	Каша рисовая на молоке с маслом сливочным	19-10
		40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон	5-49
Сб.рец.2004г.М осква	692	160	Калорийность-109, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, ВитаминА-8, ВитаминС-1 <i>Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Вода</i>	Кофейный напиток с молоком.	10-39
Итого за Завтрак					34-98
Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)					
Сб.рец.2004г.М осква	139	250/12,5	Калорийность-186, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-20, ВитаминА-6, ВитаминС-12, ВитаминРР-2 <i>Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Горох, Картофель, Лавровый лист сушен., Цыпленок потр.1 кат.бройл., Вода, Приправы</i>	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	20-46
Сб.рец.2004г.М осква	451	55	Калорийность-112, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминРР-2 <i>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный , Сахарн патрочные, Соль поваренная пищевая., Вода, Приправы, Масса полуфабриката, Масло растительное</i>	Котлета рубленая ,	40-39
Сб.рец.2004г.М осква	297	130	Калорийность-197, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-31, ВитаминА-18, ВитаминРР-1 <i>Масло сливочное, Соль поваренная пищевая., Крупа гречневая ., Вода</i>	Каша гречневая рассыпчатая.	12-67
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-41
Сб.рец.2004г.М осква		170	Калорийность-117, Углеводы-28, ВитаминС-13 <i>Сахар-песок, Лимонная кислота, Мандарины, Груши, Вода</i>	Компот из свежих плодов	16-65
Итого за Обед					93-58
Итого за день					128-56



Директор

Цыганова А.Х.

Зав. производством

[Handwritten signature]

Казакова Л.В.

Бухгалтер Никитина Т.В.



среда

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Обед-1комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2 <small>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыпленок погр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы</small>	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	27-74
Сб.рец.2004г.М осква	642	100/200	Калорийность-589, Белки-19, Жиры-32, Углеводы-58, ВитаминА-28, ВитаминС-5, ВитаминРР-6 <small>Цыпленок погр.1 кат.бройл., Масло растительное, Морковь, Лук репчатый, Рис пропаренный, Чеснок, Соль поваренная пищевая., Кулинарные специи, Масса тушеного мяса, Масса риса и овощей</small>	Плов из птицы..	96-08
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-27
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <small>Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</small>	Компот из кураги	11-05
Итого за Обед					139-14
Обед-2комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	642	100/200	Калорийность-589, Белки-19, Жиры-32, Углеводы-58, ВитаминА-28, ВитаминС-5, ВитаминРР-6 <small>Цыпленок погр.1 кат.бройл., Масло растительное, Морковь, Лук репчатый, Рис пропаренный, Чеснок, Соль поваренная пищевая., Кулинарные специи, Масса тушеного мяса, Масса риса и овощей</small>	Плов из птицы..	96-08
Сб.рец.2004г.М осква	576	60	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминА-1, ВитаминС-15	Помидоры свежие	21-77
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-27
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <small>Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</small>	Компот из кураги	11-05
Итого за Обед					133-17
Обед-3комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2 <small>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыпленок погр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы</small>	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	27-74
Сб.рец.2004г.М осква	642	100/200	Калорийность-589, Белки-19, Жиры-32, Углеводы-58, ВитаминА-28, ВитаминС-5, ВитаминРР-6 <small>Цыпленок погр.1 кат.бройл., Масло растительное, Морковь, Лук репчатый, Рис пропаренный, Чеснок, Соль поваренная пищевая., Кулинарные специи, Масса тушеного мяса, Масса риса и овощей</small>	Плов из птицы..	96-08
Сб.рец.2004г.М осква	576	60	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминА-1, ВитаминС-15	Помидоры свежие	21-77
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-27
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <small>Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</small>	Компот из кураги	11-05
Итого за Обед					160-91
Завтрак-9комплекс 5кл-11кл					
		30	Калорийность-198, Жиры-22, ВитаминА-120	Масло сливочное.	26-10
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-306, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-45, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <small>Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа пшеничная, Вода, Масса каши, Масло сливочное</small>	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	23-71
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-87
Сб.рец.2004г.М осква	692	200	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1 <small>Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок</small>	Кофейный напиток с молоком	15-75
Итого за Завтрак					72-43



Директор *Чугалас А.Х.* Зав.производством *И.И.* Захарикова И.Н. Бухгалтер *Н.* Никитина Т.В.

среда

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Обед-Льготники (дети м.д.1 корп.)					
Сб.рец.2004г.Москва	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2 <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплята потр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы</i>	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	27-74
Раз-но пр-ам стал.школы Гармония	10	180	Калорийность-392, Белки-6, Жиры-19, Углеводы-53, ВитаминС-3, ВитаминРР-2 <i>Рис пропаренный, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Кумш целый, Чеснок, Вода, Приправы</i>	Рис припущенный с овощами	18-34
Сб.рец.2004г.Москва	576	30	Калорийность-7, Углеводы-1, ВитаминС-8	Помидоры свежие	10-88
Сб.рец.2004г.Москва	638	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-41
Сб.рец.2004г.Москва	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <i>Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</i>	Компот из кураги	11-05
Итого за Обед Калорийность-838, Белки-16, Жиры-29, Углеводы-131, ВитаминА-22, ВитаминС-30, ВитаминРР-5					71-42



Чуталаев А.Х.

Зав. производством

И.И.

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

h

Никитина Т.В.

среда

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак-Льготники (дети ОВЗ I корп.)</u>					
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-306, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-45, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	23-71
		40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон	5-49
Сб.рец.2004г.М осква	692	150	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18, ВитаминА-15, ВитаминС-1	Кофейный напиток с молоком	11-81
			Кофейный напиток, Молоко пастер. 2.5 жирн. - Сахар-песок		
Итого за Завтрак			Калорийность-509, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-84, ВитаминА-74, ВитаминС-2, ВитаминРР-1		41-01
<u>Обед-Льготники (дети ОВЗ I корп.)</u>					
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	27-74
			Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыпленок потр. 1 кат. бройл., Сметана, Приправы		
Сб.рец.2004г.М осква	642	50/100	Калорийность-294, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-29, ВитаминА-14, ВитаминС-2, ВитаминРР-3	Плов из птицы..	48-04
			Цыпленок потр. 1 кат. бройл., Масло растительное, Морковь, Лук репчатый, Рис пропаренный, Чеснок, Соль поваренная пищевая, Курица целая, Масса тушеного мяса, Масса риса и овощей		
Сб.рец.2004г.М осква	576	22	Калорийность-5, Углеводы-1, ВитаминС-6	Помидоры свежие	7-98
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-27
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Компот из кураги	11-05
			Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода		
Итого за Обед			Калорийность-761, Белки-21, Жиры-27, Углеводы-111, ВитаминА-36, ВитаминС-27, ВитаминРР-6		99-08
Итого за день			Калорийность-1 270, Белки-35, Жиры-40, Углеводы-195, ВитаминА-110, ВитаминВ2-1, ВитаминС-29, ВитаминРР-7		140-09



Директор

Чугалева А.Х.

Зав. производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Никитина Т.В.

среда

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Завтрак-12 комплекс Дсад					
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	6	10	Калорийность-66, Жиры-7, ВитаминА-40	Масло сливочное ..	5-43
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	314	150/7,5	Калорийность-219, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-33, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминPP-1 Молоко пастер.2,5 жирн. . Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Крупа рисовая, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Каша рисовая на молоке с маслом сливочным,	11-99
Сборник в дошк.орг.по УР	317	40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон,	4-22
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	395	150	Калорийность-55, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10, ВитаминА-8, ВитаминС-1 Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн. . Сахар-песок, Вода	Кофейный напиток с молоком ,	6-71
Итого за Завтрак					28-35
Завтрак 2-12 комплекс Дсад					
		40/шт.	Калорийность-144, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-29	Пряники глазированные	6-92
Сборник в дошк.орг.по УР	335/1	150	Калорийность-77, Углеводы-19, ВитаминС-3 Сахар-песок, Клюква, Вода	Напиток клюквенный.	10-12
Итого за Завтрак 2					17-04
Обед-12 комплекс Дсад					
Сб.рец.2004г.Удмуртская кухня	1	40	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3, ВитаминА-20, ВитаминС-6 Картофель, Яйцо, Помидоры свежие, Лук зеленый, Соль поваренная пищевая, Зелень п-ф, Масло растительное	Салат "Удмуртский"	8-32
Сб.рец.2008 Ижевск	60	200/10	Калорийность-93, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-11, ВитаминА-32, ВитаминС-14, ВитаминPP-1 Картофель, Лавровый лист сушен., Лук репчатый, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая, Яйцо, Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Вода, Зелень п-ф	Уха со взбитым яйцом	13-72
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	311	75	Калорийность-174, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-4, ВитаминА-61, ВитаминС-1, ВитаминPP-3 Цыпленок потр.1 кат.бройл., Крупа рисовая, Масса каши, Яйцо, Масло сливочное, Сыр голландский, Приправы, Соль поваренная пищевая, Масса полуфабриката	Суфле куринное с рисом	42-33
Сборник в дошк.орг.по УР	208/1	150	Калорийность-227, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36, ВитаминА-21, ВитаминPP-1 Масло сливочное, Соль поваренная пищевая, Крупа гречневая, Вода	Каша гречневая рассыпчатая..	9-14
Сборник в дошк.орг.по УР	310	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный,	2-62
Сборник в дошк.орг.по УР	311	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб дарницкий	2-39
Сборник в дошк.орг.по УР	251/1	150	Калорийность-77, Углеводы-19, ВитаминС-6 Яблоки, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода	Компот из свежих яблок.	5-54
Итого за Обед					84-06
Полдник-12 комплекс Дсад					
Сб.рец.2004г.Москва	71	50/1/2	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминА-24, ВитаминС-5 Картофель, Свекла красная, Морковь, Огурцы консервированные, Лук репчатый, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Яйцо, Зелень п-ф	Винегрет овощной с яйцом,	8-81
Сборник в дошк.орг.по УР	125	100	Калорийность-171, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-21, ВитаминА-41 Макаронные изделия, Вода, Соль поваренная пищевая, Сыр голландский, Масло сливочное	Макаронные изделия отварные с сыром	10-93
Сборник в дошк.орг.по УР	310	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный,	2-62
Сборник в дошк.орг.по УР	261	150	Калорийность-28, Углеводы-7 Сахар-песок, Чай черный, Вода	Чай с сахаром.	0-65
		120	Калорийность-56, Углеводы-12, ВитаминС-20	Яблоки	12-26
Итого за Полдник					35-27
Итого за день					164-72

Зам. директора

Ходырова Н.О.

Зав. производством

Климова Е.А.

Бухгалтер

Никитина Т.В.



