

## понедельник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак-12 комплекс Дсад</b>					
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-235, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-33, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминPP-1 Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок. Соль поваренная пищевая. Крупа пшено. Вода. Масса каши, Масло сливочное	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным,	11-03
Сборник в дошк.орг.по УР	317	40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон,	4-21
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	397	180	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминА-20, ВитаминС-1 Какао-порошок. Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок. Вода	Какао с молоком,	8-42
<b>Итого за Завтрак</b>					<b>29-09</b>
<b>Завтрак 2-12 комплекс Дсад</b>					
		40/шт.	Калорийность-144, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-29	Пряники глазированные	7-03
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	400	180	Калорийность-97, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, ВитаминА-36, ВитаминС-2	Молоко кипяченое.	12-40
<b>Итого за Завтрак 2</b>					<b>19-43</b>
<b>Обед-12 комплекс Дсад</b>					
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	36	50		Салат из свеклы с огурцами	4-39
			Свекла красная, Огурцы консервированные, Лук репчатый, Зеленый горошек, Масло растительное		
Сб.рец.2004г.М осква	139	200/10	Калорийность-136, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-9, ВитаминPP-2 Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Горох, Картофель, Лавровый лист сушен., Мясо говядины полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Вода, Приправы	Суп картофельный с бобовыми с мясом говядины	14-83
Сборник в дошк.орг.по УР	155	80	Калорийность-179, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-2, ВитаминА-27, ВитаминС-3, ВитаминPP-4 Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Молоко пастер.2,5 жирн. , Лук репчатый, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Масса припуш.рыбы	Рыба припущенная в молоке.	35-37
Сборник в дошк.орг.по УР	213	150	Калорийность-185, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-21, ВитаминС-39, ВитаминPP-3 Картофель, Соль поваренная пищевая., Масло сливочное	Картофель отварной заправленный	18-63
Сборник в дошк.орг.по УР	310	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный,	2-63
Сборник в дошк.орг.по УР	511	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб дарницкий	2-40
Сборник в дошк.орг.по УР	253/1	150	Калорийность-75, Углеводы-18 Сахар-песок, Изюм, Вода, Лимонная кислота	Компот из изюма.	2-83
<b>Итого за Обед</b>					<b>81-08</b>
<b>Полдник-12 комплекс Дсад</b>					
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	11-30
Сборник в дошк.орг.по УР	287	50	Калорийность-131, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-15, ВитаминА-20, ВитаминС-1, ВитаминPP-1 Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Дрожжи пресованные, Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Цыпленок потр.1 кат.бройл., Томатная паста, Соль поваренная пищевая., Сыр голландский, Масло растительное	Пицца "Детская"	15-63
Сб.рец.2004г.М осква	631	150	Калорийность-103, Углеводы-25, ВитаминС-11 Сахар-песок, Лимонная кислота, Мандарины, Яблоки, Вода	Компот из свежих плодов	7-23
Сборник в дошк.орг.по УР	248/1	110	Калорийность-52, Углеводы-11, ВитаминС-18	Яблоки.	10-80
<b>Итого за Полдник</b>					<b>44-96</b>
<b>Итого за день</b>					<b>174-56</b>
					Калорийность-2 005, Белки-70, Жиры-60, Углеводы-296, ВитаминА-250, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-87, ВитаминPP-11

Зам. директора

Ходырева Н.О.

Зав. производством

Климова Е.А.

Бухгалтер

Никитина Т.В.



понедельник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<b>Обед-6комплекс (1-4 кл.)</b>					
Сб.рец.2004г.М осква	451	70	Калорийность-142, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-11, ВитаминPP-2 Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Сухари папировочные, Хлеб пшеничный, Мясо говядина полуф заморозж в блоках для дет.питания, Вода, Масса полуфабриката	<b>Биточки рубленые.</b>	49-55
Раз-но пр-ам стол.школы Гармония	10	140	Калорийность-305, Белки-4, Жиры-14, Углеводы-41, ВитаминС-3, ВитаминPP-1 Рис пропаренный, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Кумин целый, Чеснок, Вода	<b>Рис припущенный с овощами</b>	14-00
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	<b>Хлеб пшеничный.</b>	3-42
Сб.рец.2004г.М осква	686	200	Калорийность-63, Углеводы-15, ВитаминС-4 Сахар-песок, Чай черный, Лимон, Вода	<b>Чай с сахаром, с лимоном</b>	5-21
<b>Итого за Обед</b> Калорийность-601, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-87, ВитаминС-8, ВитаминPP-4					<b>72-18</b>
<b>Обед-7комплекс (1-4 кл.)</b>					
Сб.рец.2004г.М осква	140	250/12,5	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминА-6, ВитаминС-17, ВитаминPP-2 Картофель, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Макароны вермишель, Морковь, Лук репчатый, Вода, Цыпленок потр.1 кат.бройл.	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы,,</b>	22-75
Сб.рец.2004г.М осква	451	70	Калорийность-142, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-11, ВитаминPP-2 Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Сухари папировочные, Хлеб пшеничный, Мясо говядина полуф заморозж в блоках для дет.питания, Вода, Масса полуфабриката	<b>Биточки рубленые.</b>	49-55
Раз-но пр-ам стол.школы Гармония	10	140	Калорийность-305, Белки-4, Жиры-14, Углеводы-41, ВитаминС-3, ВитаминPP-1 Рис пропаренный, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Кумин целый, Чеснок, Вода	<b>Рис припущенный с овощами</b>	14-00
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	<b>Хлеб пшеничный.</b>	3-42
Сб.рец.2004г.М осква	686	200	Калорийность-63, Углеводы-15, ВитаминС-4 Сахар-песок, Чай черный, Лимон, Вода	<b>Чай с сахаром, с лимоном</b>	5-21
<b>Итого за Обед</b> Калорийность-757, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-108, ВитаминА-6, ВитаминС-24, ВитаминPP-6					<b>94-93</b>

Директор

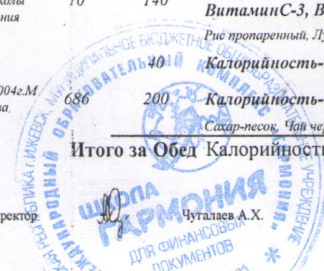
Чугалева А.Х.

Зав. производством

Казакова Л.В.

Бухгалтер

Музгалина Т.В.



## понедельник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак-8комплекс (1-4 кл.полный день)</b>					
Сб.рец.2004г.М осква	97	20	Калорийность-75, Белки-5, Жиры-6, ВитаминА-42	Сыр голланд порциями	17-72
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-306, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-45, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каши пшеничная на молоке с маслом сливочным	23-52
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-82
		34/1шт.	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-25	Пряники глазированные	7-86
Сб.рец.2004г.М осква	692	200	Калорийность-136, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-28, ВитаминА-10, ВитаминС-1	Кофейный напиток с молоком.	12-09
			Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Вода		
<b>Итого за Завтрак</b>					<b>68-01</b>
<b>Обед-8комплекс (1-4 кл.полный день)</b>					
Сб.рец.2004г.М осква	140	250/12,5	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминА-6, ВитаминС-17, ВитаминРР-2	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы,	22-75
Сб.рец.2004г.М осква	451	70	Калорийность-142, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-11, ВитаминРР-2	Биточки рубленые.	49-55
			Картофель, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Макароны вермишель, Морковь, Лук репчатый, Вода, Цыпленок потр.1 кат.бройла.		
Раз-но пр-ом стал.шкалы Гармония	10	140	Калорийность-305, Белки-4, Жиры-14, Углеводы-41, ВитаминС-3, ВитаминРР-1	Рис припущенный с овощами	13-83
			Рис пропаренный, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Кукуруза цельный, Чеснок, Вода		
Сб.рец.2004г.М осква	100	60	Калорийность-7, Углеводы-1, ВитаминС-4	Огурцы свежие	18-23
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-42
Сб.рец.2004г.М осква	686	200	Калорийность-63, Углеводы-15, ВитаминС-4	Чай с сахаром, с лимоном	5-21
			Сахар-песок, Чай черный, Лимон, Вода		
<b>Итого за Обед</b>					<b>112-99</b>
<b>Полдник-8комплекс (1-4 кл.полный день)</b>					
Сб.рец.2008 Ижевск	98	150	Калорийность-257, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-32, ВитаминА-61, ВитаминРР-1	Макаронные изделия отварные с сыром	22-84
Сб.рец.2004г.М осква	707	200	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминА-2 600, ВитаминС-8	Сок фруктовый	13-35
		140/1шт.	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14, ВитаминС-23	Яблоки	20-53
<b>Итого за Полдник</b>					<b>56-72</b>
<b>Итого за день</b>					<b>237-72</b>
					Калорийность-1 967, Белки-56, Жиры-58, Углеводы-305, ВитаминА-2 779, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-62, ВитаминРР-8

Директор



Чугалов А.Х.

Зав.производством

Казякова Л.В.

Бухгалтер

Анитина Т.В.

понедельник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)</b>					
Сб.рец.2004г.М осква	302	150/7,5	Калорийность-231, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-34, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1  <i>Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Крупа пшеничная, Вода, Масса каши, Масло сливочное</i>	<b>Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным</b>	17-70
		40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	<b>Батон</b>	5-46
Сб.рец.2004г.М осква	692	150	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21, ВитаминА-8  <i>Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Вода</i>	<b>Кофейный напиток с молоком.</b>	9-07
<b>Итого за Завтрак</b>					<b>32-23</b>
<b>Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)</b>					
Сб.рец.2004г.М осква	140	250/12,5	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминА-6, ВитаминС-17, ВитаминРР-2  <i>Картофель, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Макароны вермишель, Морковь, Лук репчатый, Вода, Цыпленок потр.1 кат.бройл.</i>	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы,,</b>	22-75
Сб.рец.2004г.М осква	451	70	Калорийность-142, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-11, ВитаминРР-2  <i>Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Сухари панировочные, Хлеб пшеничный, Мясо говядина полуж.заморож.в.блокх.для.дет.питания, Вода, Масса падуфабриката</i>	<b>Биточки рубленые .</b>	49-55
Раз-но пр-ам стол.школа Гармония	10	140	Калорийность-305, Белки-4, Жиры-14, Углеводы-41, ВитаминС-3, ВитаминРР-1  <i>Рис пропаренный, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Кумин целый, Чеснок, Вода, Приправы</i>	<b>Рис припущенный с овощами</b>	14-47
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	<b>Хлеб пшеничный</b>	4-27
Сб.рец.2004г.М осква	686	200	Калорийность-63, Углеводы-15, ВитаминС-4  <i>Сахар-песок, Чай черный, Лимон, Вода</i>	<b>Чай с сахаром, с лимоном</b>	5-21
<b>Итого за Обед</b>					<b>96-25</b>
<b>Итого за день</b>					<b>128-48</b>
			Калорийность-1 216, Белки-38, Жиры-36, Углеводы-189, ВитаминА-58, ВитаминВ2-1, ВитаминС-26, ВитаминРР-6		



Директор

Чугаласе А.Х.

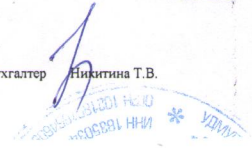
Зав.производством

*(Handwritten signature)*

Казакова Л.В.

Бухгалтер

Никитина Т.В.



## понедельник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<b>Обед-1комплекс (5-11 кл.)</b>					
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, Лауровый лист сушен., Цыпята потр.1 кат.бройл., Вода, Приправы</i>	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	20-82
Сб.рец.2004г.М осква	451	100	Калорийность-203, Белки-17, Жиры-8, Углеводы-16, ВитаминРР-3 <i>Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Сухари панировочные, Хлеб пшеничный, Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Вода, Приправы, Масса полуфабриката</i>	Биточки рубленые.	71-61
Раз-но пр-ам стал.школы Гармония	1	180	Калорийность-373, Белки-10, Жиры-17, Углеводы-45, ВитаминС-3, ВитаминРР-1 <i>Крупа гречневая., Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Чеснок, Кумин целый, Вода</i>	Каши гречневая рассыпчатая с овощами	19-51
Сб.рец.2004г.М осква	686	200	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1 <i>Сахар-песок, Чай черный, Лимон, Вода</i>	Хлеб пшеничный Чай с сахаром, с лимоном	4-28 5-18
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-938, Белки-40, Жиры-34, Углеводы-121, ВитаминА-6, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-20, ВитаминРР-7		<b>121-40</b>
<b>Обед-2комплекс (5-11 кл.)</b>					
Сб.рец.2008 Ижевск	17	100	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8, ВитаминС-26 <i>Капуста квашеная, Лук зеленый, Сахар-песок, Масло растительное, Зелень п-ф</i>	Салат из квашеной капусты	21-01
Сб.рец.2004г.М осква	451	100	Калорийность-203, Белки-17, Жиры-8, Углеводы-16, ВитаминРР-3 <i>Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Сухари панировочные, Хлеб пшеничный, Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Вода, Приправы, Масса полуфабриката</i>	Биточки рубленые.	71-61
Раз-но пр-ам стал.школы Гармония	1	180	Калорийность-373, Белки-10, Жиры-17, Углеводы-45, ВитаминС-3, ВитаминРР-1 <i>Крупа гречневая., Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Чеснок, Кумин целый, Вода</i>	Каши гречневая рассыпчатая с овощами	19-51
Сб.рец.2004г.М осква	686	200	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1 <i>Сахар-песок, Чай черный, Лимон, Вода</i>	Хлеб пшеничный Чай с сахаром, с лимоном	4-28 5-18
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-837, Белки-33, Жиры-30, Углеводы-109, ВитаминС-34, ВитаминРР-5		<b>121-59</b>
<b>Обед-3комплекс (5-11 кл.)</b>					
Сб.рец.2008 Ижевск	17	100	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8, ВитаминС-26 <i>Капуста квашеная, Лук зеленый, Сахар-песок, Масло растительное, Зелень п-ф</i>	Салат из квашеной капусты	21-01
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, Лауровый лист сушен., Цыпята потр.1 кат.бройл., Вода, Приправы</i>	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	20-82
Сб.рец.2004г.М осква	451	100	Калорийность-203, Белки-17, Жиры-8, Углеводы-16, ВитаминРР-3 <i>Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Сухари панировочные, Хлеб пшеничный, Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Вода, Приправы, Масса полуфабриката</i>	Биточки рубленые.	71-61
Раз-но пр-ам стал.школы Гармония	1	180	Калорийность-373, Белки-10, Жиры-17, Углеводы-45, ВитаминС-3, ВитаминРР-1 <i>Крупа гречневая., Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Чеснок, Кумин целый, Вода</i>	Каши гречневая рассыпчатая с овощами	19-51
Сб.рец.2004г.М осква	686	200	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1 <i>Сахар-песок, Чай черный, Лимон, Вода</i>	Хлеб пшеничный Чай с сахаром, с лимоном	4-28 5-18
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-1023, Белки-41, Жиры-39, Углеводы-128, ВитаминА-6, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-46, ВитаминРР-7		<b>142-41</b>
<b>Завтрак-9комплекс 5кл-11кл</b>					
Сб.рец.2004г.М осква	97	30	Калорийность-113, Белки-7, Жиры-9, ВитаминА-63	Сыр голланд. порциями	26-58
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-281, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-40, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <i>Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа ячневая, Вода, Масса каши, Масло сливочное</i>	Каши ячневая на молоке с маслом сливочным	22-33
Сб.рец.2004г.М осква	686	200	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27 <i>Сахар-песок, Чай черный, Лимон, Вода</i>	Батон Чай с сахаром, с лимоном	6-87 5-18
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-586, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-82, ВитаминА-122, ВитаминС-6, ВитаминРР-1		<b>60-96</b>

Директор

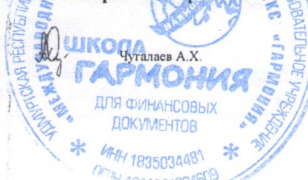
Чугалева А.Х.

Зав.производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Никитина Т.В.



понедельник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<i>Обед-Льготники (дети м.д.1 корп.)</i>					
Сб.рец.2008 Ижевск	17	85	Калорийность-72, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, ВитаминС-22 Капуста квашеная, Лук зеленый, Сахар-песок, Масло растительное, Зелень п-ф	Салат из квашеной капусты	17-85
Сб.рец.2004г.М осква	139	250/12,5	Калорийность-186, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-20, ВитаминА-6, ВитаминС-12, ВитаминРР-2 Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Горох, Картофель, Лавровый лист сушен., Цыпленок потр.1 кат.бройл., Вода, Приправы	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	20-82
Раз-но пр-ам стал.школы Гармония	1	180	Калорийность-373, Белки-10, Жиры-17, Углеводы-45, ВитаминС-3, ВитаминРР-1 Крупа гречневая, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Чеснок, Кукуруза цельная, Вода	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	19-52
		100	Калорийность-226, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-50, ВитаминС-2	Хлеб пшеничный	8-56
Сб.рец.2004г.М осква	686	200	Калорийность-63, Углеводы-15, ВитаминС-4 Сахар-песок, Чай черный, Лимон, Вода	Чай с сахаром, с лимоном	5-18
<b>Итого за Обед</b> Калорийность-920, Белки-28, Жиры-30, Углеводы-136, ВитаминА-6, ВитаминС-43, ВитаминРР-4					<b>71-93</b>



Директор

Чугалас А.Х.

Зав. производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Никитина Т.В.



## понедельник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак-Льготники (дети ОВЗ 1 корп.)</b>					
Св.рец.2004г.М осква	302	150/7,5	Калорийность-211, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-30, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <small>Молоко пастер 2,5 жирн. , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Крупа ячневая, Вода, Масса каши, Масло сливочное</small>	<b>Каша ячневая на молоке с маслом сливочным</b>	16-80
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	<b>Батон</b>	6-87
Св.рец.2004г.М осква	686	200	Калорийность-63, Углеводы-15, ВитаминС-4 <small>Сахар-песок, Чай черный, Лимон, Вода</small>	<b>Чай с сахаром , с лимоном</b>	5-18
<b>Итого за Завтрак</b>					<b>28-85</b>
<b>Обед-Льготники (дети ОВЗ 1 корп.)</b>					
Св.рец.2004г.М осква	139	250/12,5	Калорийность-186, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-20, ВитаминА-6, ВитаминС-12, ВитаминРР-2 <small>Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Горох, Картофель, Лавровый лист сушен., Цыпленок потр.1 кат.бройл., Вода, Приправы</small>	<b>Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы</b>	20-82
Св.рец.2004г.М осква	451	90	Калорийность-183, Белки-16, Жиры-7, Углеводы-14, ВитаминРР-3 <small>Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Сухари панировочные, Хлеб пшеничный, Мясо говядины полуф.заморожен. в блоках для дет.питания, Приправы, Вода, Масса полуфабриката</small>	<b>Биточки рубленые .</b>	65-06
Раз-но пр-ам стал.школы Гармония	1	150	Калорийность-311, Белки-8, Жиры-14, Углеводы-38, ВитаминС-3, ВитаминРР-1 <small>Крупа гречневая , Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Чеснок, Кумин целый, Вода</small>	<b>Каша гречневая рассыпчатая с овощами</b>	16-12
Св.рец.2004г.М осква	686	200	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1 <small>Сахар-песок, Чай черный, Лимон, Вода</small>	<b>Хлеб пшеничный</b>	3-42
		200	Калорийность-63, Углеводы-15, ВитаминС-4	<b>Чай с сахаром , с лимоном</b>	5-18
<b>Итого за Обед</b>					<b>110-60</b>
<b>Итого за день</b>					<b>139-45</b>
			Калорийность-1 237, Белки-45, Жиры-39, Углеводы-178, ВитаминА-51, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-24, ВитаминРР-7		

Директор



Пугалев А.Х.

Зав.производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Никитина Т.В.