

вторник

Источники Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Обед-6комплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец.2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминА-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Комплета "Детская"	55-08
Сб.рец.2004г.М осква	515	140	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-20, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	13-31
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-32
Итого за Обед					81-17

Обед-7комплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	124	250/12,5/10	Калорийность-149, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминА-22, ВитаминС-34, ВитаминРР-2 Капуста белокач.свежая, Картофель, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Морковь, Лук репчатый, Цыпленок потр.1 кат.бройл., Помидоры свежие, Вода, Сметана, Зелень п-ф. Приправы	Щи из свеж.капусты с мясом птицы со сметаной	25-66
Сб.рец.2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминА-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Комплета "Детская"	55-08
Сб.рец.2004г.М осква	515	140	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-20, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	13-31
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-32
Итого за Обед					106-83

Директор

Чугалова А.Х.

Повар

Саликова Л.А.

Калькулятор Минитина Т.В.

вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)</u>					
Сб.рец.2008 Ижевск	149	150/7,5	Калорийность-239, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-35, Витамина-47, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	27-39
		40	Молоко пастер. 2,5 жирн. , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая. Крупа рисовая, Крупа пшено, Вода. Масса каши, Масло сливочное	Батон	5-52
		160	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Какао с молоком	14-70
			Калорийность-116, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-20, Витамина-16, ВитаминС-1		
Итого за Завтрак			Какао-порошок, Молоко пастер. 2,5 жирн. , Сахар-песок, Вода	Калорийность-458, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-76, Витамина-63, ВитаминС-2, ВитаминРР-1	47-61
<u>Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)</u>					
Сб.рец. 2004г.М осква	124	250/12,5/10	Калорийность-149, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10, Витамина-22, ВитаминС-34, ВитаминРР-2	Щи из свеж.капусты с мясом птицы со сметаной	25-67
Сб.рец. 2008 Ижевск	75	60	Капуста белокоч.свежая, Картофель, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Морковь, Лук репчатый, Цыпленок потр.1 кат.бройл., Помидоры свежие, Вода, Сметана, Зелень п-ф. Приправы	Комплета "Детская"	44-01
			Калорийность-125, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7, Витамина-30, ВитаминС-1, ВитаминРР-2		
Сб.рец. 2004г.М осква	515	150	Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сушари панировочные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Гороховое пюре	14-26
			Калорийность-243, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-35, Витамина-21, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-2		
Сб.рец. 2004г.М осква	705	40	Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Хлеб пшеничный	3-46
			Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Напиток из плодов шиповника	9-32
Итого за Обед			Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200	Калорийность-744, Белки-34, Жиры-22, Углеводы-101, Витамина-73, ВитаминВ1-1, ВитаминС-236, ВитаминРР-5	96-72
Итого за день			ВитаминВ2-1, ВитаминС-238, ВитаминРР-6	Калорийность-1 202, Белки-46, Жиры-34, Углеводы-177, Витамина-136, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-238, ВитаминРР-6	144-33

Директор

Чулалас А.Х.

Повар

Саликова Л.А.

Калькулятор Никитина Т.В.

вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Завтрак-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2004г.М осква	96	20	Калорийность-132, Жиры-15, ВитаминА-80	Масло сливочное	31-37
Сб.рец.2011г.(о ошальные организации)	314	200/10	Калорийность-302, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-44, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным,	34-68
		50	Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа рисовая, Крупа пшено, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Батон	6-90
		40/1шт.	Калорийность-170, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-4	Печенье сахарное	7-37
Сб.рец.2008 Ижевск	149	200	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Какао с молоком	18-37
			Какао-порошок, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Вода		
Итого за Завтрак			Калорийность-879, Белки-19, Жиры-37, Углеводы-125, ВитаминА-163, ВитаминС-3, ВитаминРР-1		98-69
Обед-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2004г.М осква	50	60	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-12, Углеводы-5, ВитаминА-20, ВитаминС-5	Салат из свеклы с сыром.	20-23
			Свекла красная, Сыр голландский, Чеснок, Соль поваренная пищевая., Масло растительное		
Сб.рец.2004г.М осква	124	250/12,5/10	Калорийность-149, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминА-22, ВитаминС-34, ВитаминРР-2	Щи из свеж.капусты с мясом птицы со сметаной	25-67
			Капуста белокач.свежая, Картофель, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Морковь, Лук репчатый, Цыпленок потр.1 кат.бройл., Помидоры свежие, Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы		
Сб.рец.2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминА-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2	Комплета "Детская"	55-08
			Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая., Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное		
Сб.рец.2004г.М осква	515	140	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-20, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1	Гороховое пюре	13-31
			Горох, Соль поваренная пищевая., Масло сливочное, Вода		
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200	Напиток из плодов шиповника	9-32
			Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода		
Итого за Обед			Калорийность-898, Белки-38, Жиры-35, Углеводы-105, ВитаминА-99, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-241, ВитаминРР-6		127-07
Полдник-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2008 Ижевск	741	100	Калорийность-293, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-47, ВитаминА-13, ВитаминС-9, ВитаминРР-1	Ватрушка с картофелем	11-51
			Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло растительное, Яйцо, Соль поваренная пищевая., Дрожжи пресованные, Вода, Масса теста, Картофель хлопья, Лук репчатый, Масса фарша, Масса полуфабриката		
Сб.рец.2004г.М осква	707	200	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминА-2 600, ВитаминС-8	Сок фруктовый	17-06
Сборник в дошк.орг.по УР	248/2	140/1/2	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-14, ВитаминС-7	Груши	54-68
Итого за Полдник			Калорийность-463, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-86, ВитаминА-2 613, ВитаминС-24, ВитаминРР-2		83-25
Итого за день			Калорийность-2 240, Белки-66, Жиры-81, Углеводы-316, ВитаминА-2 876, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-267, ВитаминРР-9		309-01

Директор

Чугалев А.Х.

Повар

Саликова Л.А.

Калькулятор Никитина Т.В.



вторник

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	71	100	Калорийность-126, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-8, ВитаминС-9	Винегрет овощной	22-78
Сб.рец.2008 Ижевск	75	100	Картофель, Свекла красная, Морковь, Огурцы консервированные, Лук зеленый, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Зелень п-ф Калорийность-208, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-12, ВитаминА-50, ВитаминС-1, ВитаминРР-3	Комплета "Детская"	72-68
Сб.рец.2004г.М осква	332	180	Мясо говядина паюф замороз в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное Калорийность-248, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-43, ВитаминА-25, ВитаминРР-1	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	16-86
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-32
Итого за Обед					Калорийность-832, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-118, ВитаминА-75, ВитаминС-211, ВитаминРР-4 125-97
Обед-2комплекс (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	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	29-14
Сб.рец.2008 Ижевск	75	100	Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыпленок погр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы Калорийность-208, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-12, ВитаминА-50, ВитаминС-1, ВитаминРР-3	Комплета "Детская"	72-68
Сб.рец.2004г.М осква	332	180	Мясо говядина паюф замороз в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное Калорийность-248, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-43, ВитаминА-25, ВитаминРР-1	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	16-86
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-32
Итого за Обед					Калорийность-888, Белки-34, Жиры-26, Углеводы-128, ВитаминА-97, ВитаминВ2-1, ВитаминС-219, ВитаминРР-6 132-33
Обед-3комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	71	100	Калорийность-126, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-8, ВитаминС-9	Винегрет овощной	22-78
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Картофель, Свекла красная, Морковь, Огурцы консервированные, Лук зеленый, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Зелень п-ф Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	29-14
Сб.рец.2008 Ижевск	75	100	Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыпленок погр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы Калорийность-208, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-12, ВитаминА-50, ВитаминС-1, ВитаминРР-3	Комплета "Детская"	72-68
Сб.рец.2004г.М осква	332	180	Мясо говядина паюф замороз в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное Калорийность-248, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-43, ВитаминА-25, ВитаминРР-1	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	16-86
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-32
Итого за Обед					Калорийность-1015, Белки-35, Жиры-36, Углеводы-136, ВитаминА-97, ВитаминВ2-1, ВитаминС-228, ВитаминРР-6 155-11
Завтрак-9комплекс 5кл-11кл					
Сб.рец.2004г.М осква	96	30	Калорийность-198, Жиры-22, ВитаминА-120	Масло сливочное	47-05
Сб.рец.2011г.(о ошальных организации)	314	200/10	Калорийность-291, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-44, ВитаминА-60, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каши рисовая на молоке с маслом сливочным,	35-72
Сб.рец.2008 Ижевск	149	200	Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Крупа рисовая, Вода, Масса каши, Масло сливочное Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
Сб.рец.2008 Ижевск	149	200	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Какао с молоком	18-15
Итого за Завтрак					Калорийность-764, Белки-14, Жиры-36, Углеводы-96, ВитаминА-200, ВитаминС-3, ВитаминРР-1 107-82

Директор

Числов А.Х.

Шеф повар

Захарикова И.Н.

Калькулятор

Никитина Т.В.

ШКОЛА
ГАРМОНИЯДЛЯ ФИНАНСОВЫХ
ДОКУМЕНТОВ

№ 1898034481

ОТЧЕТ

вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>Обед-Льготники (дети м/д.1 корп.)</u>					
Сб.рец.2004г.М осква	71	75	Калорийность-95, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-6, ВитаминС-7 Картофель, Свекла красная, Морковь, Огурцы консервированные, Лук зеленый, Масло растительное, Зелень п-ф, Соль поваренная пищевая.	Винегрет овощной	17-09
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2 Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплята потр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	29-14
Сб.рец.2004г.М осква	332	180	Калорийность-248, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-43, ВитаминА-25, ВитаминРР-1 Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	16-86
		100	Калорийность-226, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-50, ВитаминС-2	Хлеб пшеничный	8-66
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-32
Итого за Обед Калорийность-888, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-146, ВитаминА-47, ВитаминС-226, ВитаминРР-4					81-07

Директор

Чугалов А.Х.

Шеф повар

Зачарникова И.Н.

Калькулятор

Никитина Т.В.



вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Завтрак-Льготники (дети ОВЗ 1 корп.)					
Сб.рец.2011г. (о ошкальные организации)	314	150/7,5	Калорийность-219, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-33, Витамина-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа рисовая, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Каши рисовая на молоке с маслом сливочным,	26-88
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
Сб.рец.2008 Ижевск	149	170	Калорийность-124, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21, Витамина-17, ВитаминС-1 Какао-порошок, Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Вода	Какао с молоком	15-43
Итого за Завтрак					49-21
Обед-Льготники (дети ОВЗ 1 корп.)					
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, Витамина-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2 Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цукаты потр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	29-14
Сб.рец.2008 Ижевск	75	70	Калорийность-146, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-9, Витамина-35, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный , Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая., Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Комлета "Детская"	50-88
Сб.рец.2004г.М осква	332	180	Калорийность-248, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-43, Витамина-25, ВитаминРР-1 Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	16-86
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	705	180	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-180 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	8-39
Итого за Обед					108-73
Итого за день					157-94

Директор

Чугалева А.Х.

Шеф повар

Захарикова И.Н.

Калькулятор

Никитина Т.В.

