

среда

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<b>Обед-бкомплекс (1-4 кл.)</b>					
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 папировочные, Соль поваренная пищевая, Вода, Приправы, Масса полуфабриката, Масло растительное	Комлета "Детская"	51-62
Сб.рец.2004г.М осква	332	150	Калорийность-207, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-36, ВитаминА-21, ВитаминРР-1 Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	14-25
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода	Компот из кураги	12-14
<b>Итого за Обед</b>					<b>81-47</b>
<b>Обед-7комплекс (1-4 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 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	17-95
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 папировочные, Соль поваренная пищевая, Вода, Приправы, Масса полуфабриката, Масло растительное	Комлета "Детская"	51-62
Сб.рец.2004г.М осква	332	150	Калорийность-207, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-36, ВитаминА-21, ВитаминРР-1 Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	14-25
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода	Компот из кураги	12-14
<b>Итого за Обед</b>					<b>99-42</b>

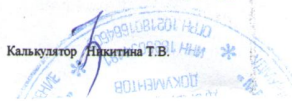
Директор

Чугалас А.Х.

Повар

Саликова Л.А.

Калькулятор Никитина Т.В.



## среда

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	зн. 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.Москва	302	150/7,5	Калорийность-211, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-30, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 Молоко пастер.2,5 жирн. Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Крупа ячневая, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Каша ячневая на молоке с маслом сливочным	22-64
		40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон	5-52
Сб.рец.2004г.Москва	692	200	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1 Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок	Кофейный напиток с молоком	16-60
<b>Итого за Завтрак</b>					<b>44-76</b>
<b>Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)</b>					
Сб.рец.2004г.Москва	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., Цыплята потр.1 кат.бройл., Вода, Приправы	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	17-95
Сб.рец.2008Ижевск	75	70	Калорийность-146, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-9, ВитаминА-35, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 Масо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Вода, Приправы, Масса полуфабриката, Масло растительное	Комлета "Детская"	51-67
Сб.рец.2004г.Москва	332	150	Калорийность-207, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-36, ВитаминА-21, ВитаминРР-1 Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	14-25
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец.2004г.Москва	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода	Компот из кураги	12-14
<b>Итого за Обед</b>					<b>99-47</b>
<b>Итого за день</b>					<b>144-23</b>

Директор

Чугалева А.Х.

Повар

Саликова Л.А.

Калькулятор 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)
<b>Завтрак-8комплекс (1-4 кл.полный день)</b>					
Сб.рец.2004г.М осква	96	20	Калорийность-132, Жиры-15, ВитаминА-80	Масло сливочное	31-37
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-281, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-40, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша ячневая на молоке с маслом сливочным	30-09
			Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа ячневая, Вода, Масса каши, Масло сливочное		
			50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон
Сб.рец.2004г.М осква	692	200	40/шт. Калорийность-170, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-4	Печенье сахарное	7-38
			Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Кофейный напиток с молоком	16-60
			Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок		
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-845, Белки-18, Жиры-36, Углеводы-119, ВитаминА-163, ВитаминС-3, ВитаминРР-2		<b>92-34</b>
<b>Обед-8комплекс (1-4 кл.полный день)</b>					
Сб.рец.2004г.Уд муртская кухня	19	60	Калорийность-139, Белки-2, Жиры-13, Углеводы-4, ВитаминА-20, ВитаминС-13	Салат "Новинка"	12-43
			Капуста белокач.свежая, Сахар-песок, Лимонная кислота, Зеленый горошек , Яйцо, Соль поваренная пищевая., Зелень п-ф, Масло растительное		
Сб.рец.2004г.М осква	139	250/12,5	Калорийность-186, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-20, ВитаминА-6, ВитаминС-12, ВитаминРР-2	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	17-95
			Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Горох, Картофель, Лавровый лист сушен., Цыпленок потр.1 кат.бродл., Вода, Приправы		
Сб.рец.2008 Ижевск	75	70	Калорийность-146, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-9, ВитаминА-35, ВитаминС-1, ВитаминРР-2	Котлета "Детская"	51-62
			Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный , Яйцо, Лук репчатый, Сухари панирочные, Соль поваренная пищевая., Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное		
Сб.рец.2004г.М осква	332	150	Калорийность-207, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-36, ВитаминА-21, ВитаминРР-1	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	14-25
			Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.		
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Компот из кураги	12-14
			Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода		
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-934, Белки-33, Жиры-33, Углеводы-127, ВитаминА-82, ВитаминВ1-1, ВитаминС-28, ВитаминРР-6		<b>111-85</b>
<b>Полдник-8комплекс (1-4 кл.полный день)</b>					
Сб.рец.2004г.М осква	738	75	Калорийность-210, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-31, ВитаминА-14, ВитаминС-7, ВитаминРР-1	Пирожки печенье с мясом и капустой свеж.	23-13
			Сахар-песок, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Яйцо, Соль поваренная пищевая., Дрожжи пресованные , Лук репчатый, Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Капуста белокач.свежая		
Сборник в дошк.орг.по УР	268	200	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминА-2 600, ВитаминС-8	Сок фруктовый.	14-97
		65	Белки-1, Углеводы-9	Мандарины	22-88
<b>Итого за Полдник</b>			Калорийность-320, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-65, ВитаминА-2 614, ВитаминС-15, ВитаминРР-2		<b>60-98</b>
<b>Итого за день</b>			Калорийность-2 099, Белки-61, Жиры-75, Углеводы-311, ВитаминА-2 859, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-46, ВитаминРР-10		<b>265-17</b>

Директор

Чугаев А.Х.

Повар

Саликова Л.А.

Калькулятор Никитина Т.В.

