

пятница

Источник 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	77	60	Калорийность-113, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминА-25, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 <small>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Яйцо, Морковь, Молоко пастер.2.5 жирн. , Сухари папировочные, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Масса полуфабриката</small>	Котлета "Здоровье".	48-55
Сб.рец. 2008 Ижевск	92	130	Калорийность-134, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, ВитаминА-27, ВитаминС-22, ВитаминРР-1 <small>4 Картофель, Молоко пастер.2.5 жирн. , Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</small>	Картофельное пюре.	16-19
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-43
Сб.рец. 2008 Ижевск	153	180	Калорийность-129, Белки-1, Углеводы-31 <small>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</small>	Компот из смеси сухофруктов	6-64
Итого за Обед Калорийность-466, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-74, ВитаминА-53, ВитаминС-24, ВитаминРР-4					74-81
Обед-7комплекс (1-4 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 попр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы</small>	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	22-49
Сб.рец. 2008 Ижевск	77	60	Калорийность-113, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминА-25, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 <small>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Яйцо, Морковь, Молоко пастер.2.5 жирн. , Сухари папировочные, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Масса полуфабриката</small>	Котлета "Здоровье".	48-55
Сб.рец. 2008 Ижевск	92	130	Калорийность-134, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, ВитаминА-27, ВитаминС-22, ВитаминРР-1 <small>Картофель, Молоко пастер.2.5 жирн. , Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</small>	Картофельное пюре.	16-19
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-43
Сб.рец. 2008 Ижевск	153	180	Калорийность-129, Белки-1, Углеводы-31 <small>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</small>	Компот из смеси сухофруктов	6-64
Итого за Обед Калорийность-648, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-91, ВитаминА-74, ВитаминВ2-1, ВитаминС-41, ВитаминРР-6					97-30

Директор

Чугалас А.Х.

Зав. производством

Казакова Л.В.

Бухгалтер Никитина Т.В.



пятница

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.Москва	97	20	Калорийность-75, Белки-5, Жиры-6, ВитаминА-42	Сыр голланд порциями	17-41
Сб.рец.2004г.Москва	302	200/10	Калорийность-299, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-38, ВитаминА-60, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каши геркулесовая молочная с маслом сливочным	23-13
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
Сб.рец.2004г.Москва	692	50/шт.	Калорийность-213, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-36, ВитаминА-5	Печенье сахарное	9-11
		200	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Кофейный напиток с молоком	15-19
Итого за Завтрак			Калорийность-849, Белки-25, Жиры-32, Углеводы-124, ВитаминА-127, ВитаминС-3, ВитаминРР-1		71-74
Обед-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2004г.Удмуртская кухня	13	60	Калорийность-50, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-13	Салат "Сезонный"	5-72
Сб.рец.2004г.Москва	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	22-49
		77	Калорийность-113, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминА-25, ВитаминС-1, ВитаминРР-2	Котлета "Здоровье".	48-55
Сб.рец.2008 Ижевск	92	130	Калорийность-134, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, ВитаминА-27, ВитаминС-22, ВитаминРР-1	Картофельное пюре .	16-06
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-43
Сб.рец.2008 Ижевск	153	180	Калорийность-129, Белки-1, Углеводы-31	Компот из смеси сухофруктов	6-64
Итого за Обед			Калорийность-699, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-96, ВитаминА-74, ВитаминВ2-1, ВитаминС-54, ВитаминРР-6		102-89
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	10-52
Сб.рец.2004г.Москва	707	180	Калорийность-99, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминА-2 340, ВитаминС-7	Сок фруктовый	12-32
		85/шт		Нектарин	25-16
Итого за Полдник			Калорийность-392, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-70, ВитаминА-2 353, ВитаминС-16, ВитаминРР-2		48-00
Итого за день			Калорийность-1 939, Белки-56, Жиры-65, Углеводы-291, ВитаминА-2 554, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-72, ВитаминРР-9		222-63



Зав. производством

Казакова Л.В.

Бухгалтер Никитина Т.В.

пятница

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-225, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-29, ВитаминА-45, ВитаминС-1	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	17-40
		40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон	5-52
Сб.рец.2004г.М осква	692	150	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18, ВитаминА-15, ВитаминС-1	Кофейный напиток с молоком	11-39
			Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Крупа овсяная "геркулес", Вода, Масса каши, Масло сливочное		
			Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок		
Итого за Завтрак			Калорийность-428, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-68, ВитаминА-60, ВитаминС-2		34-31
Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 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	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	22-49
			Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыпленок пotr.1 кат.бройл., Сметана, Приправы		
Сб.рец.2008 Ижевск	77	60	Калорийность-113, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминА-25, ВитаминС-1, ВитаминРР-2	Котлета "Здоровье".	48-54
			Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Яйцо, Морковь, Молоко пастер.2,5 жирн. , Сухари панировочные, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Масса полуфабриката		
Сб.рец.2008 Ижевск	92	150	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-32, ВитаминС-26, ВитаминРР-2	Картофельное пюре .	18-53
			Картофель, Молоко пастер.2,5 жирн. , Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.		
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-43
Сб.рец.2008 Ижевск	153	180	Калорийность-129, Белки-1, Углеводы-31	Компот из смеси сухофруктов	6-64
			Сахар-песок, Сухофрукты, Вода		
Итого за Обед			Калорийность-669, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-94, ВитаминА-78, ВитаминВ2-1, ВитаминС-44, ВитаминРР-6		99-63
Итого за день			Калорийность-1 097, Белки-35, Жиры-35, Углеводы-162, ВитаминА-138, ВитаминВ2-1, ВитаминС-46, ВитаминРР-7		133-94

Директор

ШКОЛА
ГАРМОНИЯ
ДЛЯ ФИНАНСОВЫХ
КОМПАНИЙ

Чугаласв А.Х.

Зав. производством

Казакова Л.В.

Бухгалтер

Анзигина Т.В.

