

вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	зн. 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-235, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-33, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <i>молоко сухое обезжир., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа пшено, Вода, Масса каши, Масло сливочное</i>	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	22-56
		60	Калорийность-155, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-32	Батон	8-28
Сб.рец.2004г.М осква	692	200	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1 <i>Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок</i>	Кофейный напиток с молоком	14-09
Итого за Завтрак			Калорийность-523, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-88, ВитаминА-65, ВитаминС-2, ВитаминРР-1		44-93
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	17-18
Сб.рец.2004г.М осква	642	60/200	Калорийность-612, Белки-20, Жиры-33, Углеводы-61, ВитаминА-30, ВитаминС-5, ВитаминРР-6 <i>Цыпленок потр.1 кат.бройл., Масло растительное, Морковь, Лук репчатый, Рис пропаренный, Чеснок, Соль поваренная пищевая., Кукуруза цельн., Приправы, Масса тушеного мяса, Масса риса и овощей</i>	Плов из птицы.	64-72
		60	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	5-19
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <i>Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</i>	Компот из кураги	12-12
Итого за Обед			Калорийность-1 099, Белки-35, Жиры-42, Углеводы-149, ВитаминА-36, ВитаминС-19, ВитаминРР-10		99-21
Итого за день			Калорийность-1 622, Белки-50, Жиры-55, Углеводы-237, ВитаминА-100, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-21, ВитаминРР-10		144-14

Директор

Чугалев А.Х.

Зав.производством

Саликова Л.А.

Бухгалтер

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	97	20	Калорийность-75, Белки-5, Жиры-6, ВитаминА-42	Сыр голланд.порциями	16-83
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-313, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-44, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	21-97
		50	Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа пшено, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Батон	6-90
Сб.рец.2004г.М осква	692	40/1шт.	Калорийность-144, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-29	Пряники глазированные	7-06
		200	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Кофейный напиток с молоком	21-73
Итого за Завтрак			Калорийность-793, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-123, ВитаминА-121, ВитаминС-3, ВитаминРР-1		74-49
Обед-8комплекс (1-4 кл. полный день)					
Сб.рец.2004г.Уд муртская кухня	25	60	Калорийность-105, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-5, ВитаминС-7	Салат "Степной"	9-79
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	17-18
		60/200	Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Горох, Картофель, Лавровый лист сушен., Цыпята потр.1 кат.бройл., Вода, Приправы	Плов из птицы.	64-72
Сб.рец.2004г.М осква	638	50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-32
		200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Компот из кураги	12-12
Итого за Обед			Калорийность-1 182, Белки-35, Жиры-51, Углеводы-149, ВитаминА-36, ВитаминВ1-1, ВитаминС-26, ВитаминРР-10		108-13
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	10-97
Сб.рец.2004г.М осква	707	180	Калорийность-99, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминА-2 340, ВитаминС-7	Сок фруктовый	12-32
		160	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-16, ВитаминС-26	Яблоки	23-75
Итого за Полдник			Калорийность-467, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-86, ВитаминА-2 353, ВитаминС-43, ВитаминРР-2		47-04
Итого за день			Калорийность-2 442, Белки-67, Жиры-84, Углеводы-357, ВитаминА-2 511, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-71, ВитаминРР-13		229-66

Директор

Чугалас А.Х.

Зав.производством

Саликова Л.А.

Бухгалтер 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.2008 Ижевск	8	100	Калорийность-141, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-22, ВитаминС-5, ВитаминРР-1 Морковь, Яблоки, Изюм, Сахар-песок, Масло растительное	Салат из моркови с яблоками и изюмом	12-80
		100	Калорийность-208, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-12, ВитаминА-50, ВитаминС-1, ВитаминРР-3 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	Комлета "Детская"	73-66
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	12-60
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-32
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Фрукты шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-88
Итого за Обед					113-26
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 Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыпленок погр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	21-05
		100	Калорийность-208, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-12, ВитаминА-50, ВитаминС-1, ВитаминРР-3 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	Комлета "Детская"	73-66
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	12-60
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-32
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Фрукты шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-88
Итого за Обед					121-51
Обед-3комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2008 Ижевск	8	100	Калорийность-141, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-22, ВитаминС-5, ВитаминРР-1 Морковь, Яблоки, Изюм, Сахар-песок, Масло растительное	Салат из моркови с яблоками и изюмом	12-80
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, Цыпленок погр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	21-05
		100	Калорийность-208, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-12, ВитаминА-50, ВитаминС-1, ВитаминРР-3 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	Комлета "Детская"	73-66
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	12-60
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-32
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Фрукты шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-88
Итого за Обед					134-31
Завтрак-9комплекс 5кл-11кл					
Сб.рец.2004г.М осква	96	30	Калорийность-198, Жиры-22, ВитаминА-120	Масло сливочное .	26-26
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-291, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-44, ВитаминА-60, ВитаминС-1, ВитаминРР-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	23-48
		200	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
Сб.рец.2008 Ижевск	139	200	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	13-00
Итого за Завтрак					69-64

Директор

Чулалов А.А.

Зав.производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Никигина 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-Льготники (дети м.д.1 корп.)					
Сб.рец.2008 Ижевск	8	90	Калорийность-127, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-20, ВитаминС-5, ВитаминРР-1 <i>Морковь, Яблоки, Изюм, Сахар-песок, Масло растительное</i>	Салат из моркови с яблоками и изюмом	11-52
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/25/10	Калорийность-191, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-19, ВитаминА-22, ВитаминС-18, ВитаминРР-2 <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплата потр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы</i>	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	28-79
Сб.рец.2008 Ижевск	98	180	Калорийность-309, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-39, ВитаминА-73, ВитаминРР-1 <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая, Сыр голландский</i>	Макаронные изделия отварные с сыром	26-95
Сб.рец.2004г.М осква	40 705	200	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1 <i>Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода</i>	Хлеб пшеничный Напиток из плодов шиповника	3-45 9-88
Итого за Обед			Калорийность-853, Белки-19, Жиры-29, Углеводы-127, ВитаминА-96, ВитаминС-223, ВитаминРР-4		80-59

Директор

Чугалева А.Х.

Зав. производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

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.2004г.М осква	96	30	Калорийность-198, Жиры-22, ВитаминА-120	Масло сливочное .	26-26
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-291, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-44, ВитаминА-60, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каши рисовая на молоке с маслом сливочным	23-48
		50	Молоко пастер 2,5 жирн. , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа рисовая, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Батон	6-90
Сб.рец.2008 Ижевск	149	200	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Какао с молоком	13-00
			Какао-порошок, Молоко пастер 2,5 жирн. , Сахар-песок, Вода		
Итого за Завтрак					69-64
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	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	21-05
		60	Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплята потр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы	Котлета "Детская"	43-51
			Калорийность-125, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7, ВитаминА-30, 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		
Сб.рец.2004г.М осква	382	150	Калорийность-207, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-36, ВитаминА-21, ВитаминРР-1	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	10-50
		30	Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Хлеб пшеничный	2-59
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200	Напиток из плодов шиповника	9-88
			Фрукты шиповника сух., Сахар-песок, Вода		
Итого за Обед					87-53
Итого за день					157-17



Директор

Чугалева А.Х.

Зав.производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

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-бкомплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	642	60/200	Калорийность-612, Белки-20, Жиры-33, Углеводы-61, ВитаминА-30, ВитаминС-5, ВитаминРР-6 Цыплята потр.1 кат.бройл., Масло растительное, Морковь, Лук репчатый, Рис пропаренный, Чеснок, Соль поваренная пищевая., Приправы, Кумин	Плов из птицы.	64-72
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	4-32
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	12-12
Итого за Обед Калорийность-891, Белки-26, Жиры-34, Углеводы-124, ВитаминА-30, ВитаминС-7, ВитаминРР-7					81-16
Обед-7комплекс (1-4 кл.)					
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., Цыплята потр.1 кат.бройл., Вода, Приправы	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	17-18
Сб.рец.2004г.М осква	642	60/200	Калорийность-612, Белки-20, Жиры-33, Углеводы-61, ВитаминА-30, ВитаминС-5, ВитаминРР-6 Цыплята потр.1 кат.бройл., Масло растительное, Морковь, Лук репчатый, Рис пропаренный, Чеснок, Соль поваренная пищевая., Приправы, Кумин	Плов из птицы.	64-72
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	4-32
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	12-12
Итого за Обед Калорийность-1 077, Белки-34, Жиры-42, Углеводы-144, ВитаминА-36, ВитаминС-19, ВитаминРР-10					98-34



Директор

Чугалаев А.Х.

Зав. производством

(Handwritten signature)

Салимова Л.А.

Бухгалтер Никитина Т.В.