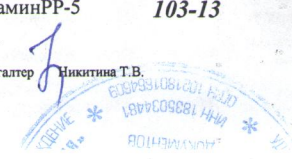


пятница

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.2004г.М осква	451	70	Калорийность-142, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-11, ВитаминPP-2 <i>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Сухари папировочные, Соль поваренная пищевая, Вода, Приправы, Масса полуфабриката, Масло растительное</i>	Котлета рубленая,	51-18
Сб.рец.2004г.М осква	332	160	Калорийность-221, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминА-22, ВитаминPP-1 <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</i>	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	14-78
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1 Калорийность-192, Белки-1, Углеводы-46 <i>Сахар-песок, Изюм, Вода</i>	Хлеб пшеничный. Компот из изюма	3-46 11-28
Итого за Обед					80-70
Обед-7комплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	110	250/12,5/10	Калорийность-159, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-13, ВитаминА-21, ВитаминС-21, ВитаминPP-2 <i>Свекла красная, Капуста белокоч.свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Лимонная кислота, Цыплята потр.1 кат.бройл., Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы</i>	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со смет.	22-43
Сб.рец.2004г.М осква	451	70	Калорийность-142, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-11, ВитаминPP-2 <i>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Сухари папировочные, Соль поваренная пищевая, Вода, Приправы, Масса полуфабриката, Масло растительное</i>	Котлета рубленая,	51-18
Сб.рец.2004г.М осква	332	160	Калорийность-221, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминА-22, ВитаминPP-1 <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</i>	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	14-78
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1 Калорийность-192, Белки-1, Углеводы-46 <i>Сахар-песок, Изюм, Вода</i>	Хлеб пшеничный. Компот из изюма	3-46 11-28
Итого за Обед					103-13



Директор

Чугалова А.Х.

Зав.производством

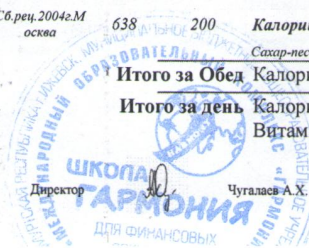
Handwritten signature

Саликова Л.А.

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-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>	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	22-74
		50	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 <i>Какао-порошок, Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Вода</i>	Какао с молоком	15-43
Итого за Завтрак					45-07
Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)					
Сб.рец.2004г.М осква	110	250/12,5/10	Калорийность-159, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-13, ВитаминА-21, ВитаминС-21, ВитаминРР-2 <i>Свегла красная, Капуста белокоч.свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая. Масло растительное, Лимонная кислота, Цыплята потр.1 кат.бройл., Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы</i>	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со смет.	22-43
Сб.рец.2004г.М осква	451	65	Калорийность-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминРР-2 <i>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный , Сухари папирусочные, Соль поваренная пищевая., Вода, Приправы, Масса полуфабриката, Масло растительное</i>	Котлета рубленая ,	47-53
Сб.рец.2004г.М осква	332	160	Калорийность-221, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминА-22, ВитаминРР-1 <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</i>	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	14-78
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-192, Белки-1, Углеводы-46 <i>Сахар-песок, Изюм, Вода</i>	Компот из изюма	11-28
Итого за Обед					99-48
Итого за день					144-55



Директор

Чугаласв А.А.

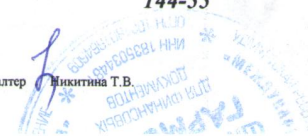
Зав.производством

СБ

Саликова Л.А.

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.М осква	96	20	Калорийность-132, Жиры-15, ВитаминА-80	Масло сливочное .	29-59
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-306, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-45, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	30-23
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
		40/шт.	Калорийность-170, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-4	Печенье сахарное	7-46
Сб.рец.2008 Ижевск	149	200	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Какао с молоком	15-43
			Какао-порошок, Молоко пастер.2.5 жирн. . Сахар-песок, Вода		
Итого за Завтрак			Калорийность-884, Белки-20, Жиры-37, Углеводы-126, ВитаминА-163, ВитаминС-3, ВитаминРР-1		89-61
Обед-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2008 Ижевск	8	60	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-13, ВитаминС-3	Салат из моркови с яблоками и изюмом	7-27
			Морковь, Яблоки, Изюм, Сахар-песок, Масло растительное		
Сб.рец.2004г.М осква	110	250/12,5/10	Калорийность-159, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-13, ВитаминА-21, ВитаминС-21, ВитаминРР-2	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со смет.	22-43
			Свекла красная, Капуста белокоп.свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Лимонная кислота, Цыпленок потр.1 кат.бройл., Вода, Сметана, Зелень п-ф. Приправы		
Сб.рец.2004г.М осква	451	70	Калорийность-142, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-11, ВитаминРР-2	Котлета рубленая ,	51-18
			Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая., Вода, Масса полуфабриката, Приправы, Масло растительное		
Сб.рец.2004г.М осква	332	160	Калорийность-221, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминА-22, ВитаминРР-1	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	14-78
			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-192, Белки-1, Углеводы-46	Компот из изюма	11-28
			Сахар-песок, Изюм, Вода		
Итого за Обед			Калорийность-889, Белки-28, Жиры-24, Углеводы-142, ВитаминА-44, ВитаминС-25, ВитаминРР-5		110-40
Полдник-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2004г.М осква	738	75	Калорийность-210, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-31, ВитаминА-14, ВитаминС-7, ВитаминРР-1	Пирожки печеные с мясом и капустой свеж.	22-63
			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 белокоп.свежая		
Сб.рец.2004г.М осква	707	200	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминА-2 600, ВитаминС-8	Сок фруктовый	13-69
		135/шт.	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13, ВитаминС-22	Яблоки	15-13
Итого за Полдник			Калорийность-383, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-70, ВитаминА-2 614, ВитаминС-37, ВитаминРР-2		51-45
Итого за день			Калорийность-2 157, Белки-58, Жиры-67, Углеводы-337, ВитаминА-2 821, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-9		251-46

Директор



Чугалас А.Х.

Зав. производством

Саликова Л.А.

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)
Обед-1 комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2008 Ижевск	60	250/12,5	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминА-40, ВитаминС-17, ВитаминРР-2 Картофель, Лавровый лист сушен., Лук репчатый, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая., Яйцо, Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Вода, Зелень п-ф	Уха со взбитым яйцом	26-63
Сб.рец.2004г.М осква	462	100	Калорийность-246, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-13, ВитаминС-3, ВитаминРР-3 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Крупа рисовая, Соль поваренная пищевая., Приправы, Масса полуфабриката	Тефтели с рисом	65-06
Сб.рец.2004г.М осква	92	180	Калорийность-185, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26, ВитаминА-38, ВитаминС-31, ВитаминРР-2 Картофель, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Картофельное пюре ,	25-55
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2008 Ижевск	153	200	Калорийность-143, Белки-1, Углеводы-35, ВитаминС-1 Сахар-песок, Сухофрукты, Вода	Компот из смеси сухофруктов	7-44
Итого за Обед					129-01
Обед-2 комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.Уд муртская кухня	14	100	Калорийность-145, Белки-2, Жиры-13, Углеводы-4, ВитаминА-4, ВитаминС-18, ВитаминРР-1 Морковь, Капуста белокоч.свежая, Огурцы свежие, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Зелень п-ф	Салат "Можгинский"	20-24
Сб.рец.2004г.М осква	462	100	Калорийность-246, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-13, ВитаминС-3, ВитаминРР-3 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Крупа рисовая, Соль поваренная пищевая., Приправы, Масса полуфабриката	Тефтели с рисом	65-06
Сб.рец.2004г.М осква	92	180	Калорийность-185, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26, ВитаминА-38, ВитаминС-31, ВитаминРР-2 Картофель, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Картофельное пюре ,	25-55
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2008 Ижевск	153	200	Калорийность-143, Белки-1, Углеводы-35, ВитаминС-1 Сахар-песок, Сухофрукты, Вода	Компот из смеси сухофруктов	7-44
Итого за Обед					122-62
Обед-3 комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.Уд муртская кухня	14	100	Калорийность-145, Белки-2, Жиры-13, Углеводы-4, ВитаминА-4, ВитаминС-18, ВитаминРР-1 Морковь, Капуста белокоч.свежая, Огурцы свежие, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Зелень п-ф	Салат "Можгинский"	20-24
Сб.рец.2008 Ижевск	60	250/12,5	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминА-40, ВитаминС-17, ВитаминРР-2 Картофель, Лавровый лист сушен., Лук репчатый, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая., Яйцо, Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Вода, Зелень п-ф	Уха со взбитым яйцом	26-63
Сб.рец.2004г.М осква	462	100	Калорийность-246, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-13, ВитаминС-3, ВитаминРР-3 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Крупа рисовая, Соль поваренная пищевая., Приправы, Масса полуфабриката	Тефтели с рисом	65-06
Сб.рец.2004г.М осква	92	180	Калорийность-185, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26, ВитаминА-38, ВитаминС-31, ВитаминРР-2 Картофель, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Картофельное пюре ,	25-55
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2008 Ижевск	153	200	Калорийность-143, Белки-1, Углеводы-35, ВитаминС-1 Сахар-песок, Сухофрукты, Вода	Компот из смеси сухофруктов	7-44
Итого за Обед					149-25
Завтрак-9 комплекс 5кл-11кл					
Сб.рец.2004г.М осква	97	30	Калорийность-113, Белки-7, Жиры-9, ВитаминА-63	Сыр голланд порциями	25-25
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-299, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-38, ВитаминА-60, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа овсяная "геркулес", Вода, Масса каши, Масло сливочное	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	32-06
		50	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-порошок, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Вода	Какао с молоком	15-46
Итого за Завтрак					79-67

Директор

Чугалев А.Х.

Зав. производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Никитина Т.В.



Школа
Гармония

17 января 2025

пятница

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.2004г. Удмуртская кухня	14	70	Калорийность-101, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-3, ВитаминА-3, ВитаминС-12	Салат "Можгинский"	14-17
Сб.рец.2008 Ижевск	60	250/12,5	Морковь, Капуста белокооч.свежая, Огурцы свежие, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Зелень п-ф Калорийность-116, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминА-40, ВитаминС-17, ВитаминРР-2	Уха со взбитым яйцом	26-63
Сб.рец.2008 Ижевск	92	180	Картофель, Лавровый лист сушен., Лук репчатый, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая, Яйцо, Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Вода, Зелень п-ф Калорийность-185, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26, ВитаминА-38, ВитаминС-31, ВитаминРР-2	Картофельное пюре .	25-55
Сб.рец.2008 Ижевск	153	200	Картофель, Молоко пастер.2.5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая. Калорийность-181, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-40, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	6-93
Сб.рец.2008 Ижевск	153	200	Калорийность-143, Белки-1, Углеводы-35, ВитаминС-1 Сахар-песок, Сухофрукты, Вода	Компот из смеси сухофруктов	7-44
Итого за Обед Калорийность-727, Белки-18, Жиры-22, Углеводы-117, ВитаминА-80, ВитаминВ2-1, ВитаминС-62, ВитаминРР-4					80-72

Директор

Чугалева А.Х.

Зав. производством

Захарникова И.Н.

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-10комплекс					
Сб.рец.2004г.Москва	302	150/7,5	Калорийность-225, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-29, ВитаминА-45, ВитаминС-1 <i>Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок. Соль поваренная пищевая., Крупа овсяная "геркулес", Вода, Масса каши, Масло сливочное</i>	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	24-12
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
Сб.рец.2008 Ижевск	149	160	Калорийность-116, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-20, ВитаминА-16, ВитаминС-1 <i>Какао-порошок, Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Вода</i>	Какао с молоком	12-37
Итого за Завтрак					43-39
Обед-10комплекс					
Сб.рец.2008 Ижевск	60	250/12,5	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминА-40, ВитаминС-17, ВитаминРР-2 <i>Картофель, Лавровый лист сушен., Лук репчатый, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая., Яйцо, Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Вода, Зелень п-ф</i>	Уха со взбитым яйцом	26-63
Сб.рец.2004г.Москва	462	90	Калорийность-222, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-12, ВитаминС-3, ВитаминРР-3 <i>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Крупа рисовая, Соль поваренная пищевая., Масса полуфабриката</i>	Тефтели с рисом	57-52
Сб.рец.2008 Ижевск	92	150	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-32, ВитаминС-26, ВитаминРР-2 <i>Картофель, Молоко пастер.2,5 жирн. , Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</i>	Картофельное пюре .	21-29
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец.2008 Ижевск	153	150	Калорийность-107, Углеводы-26 <i>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</i>	Компот из смеси сухофруктов	5-58
Итого за Обед					114-48
Итого за день					157-87

Директор



Чугалас А.Х.

Зав. производством

Handwritten signature

Захарникова И.Н.

Бухгалтер

Handwritten signature

Никитина Т.В.