

среда

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Обед-бкомплекс (1-4 кл.)					
Раз-но пр-ам стол.школы Гармония	5	90	Калорийность-262, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-20, ВитаминА-19, ВитаминС-3, ВитаминРР-3	Биточки рыбные	43-51
<i>Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Сухари панировочные, Приправы, Хлеб пшеничный</i>					
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	10-46
<i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</i>					
Сб.рец.2004г.М осква	638	180	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	4-29
<i>Калорийность-101, Углеводы-25, ВитаминС-2</i>					
<i>Груши, Сахар-песок</i>					
Итого за Обед					74-77
Калорийность-683, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-106, ВитаминА-40, ВитаминС-6, ВитаминРР-4					
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	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	17-11
<i>Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Горох, Картофель, Лавровый лист сушен., Цыпленок потр.1 кат.бройл., Вода, Приправы</i>					
Раз-но пр-ам стол.школы Гармония	5	90	Калорийность-262, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-20, ВитаминА-19, ВитаминС-3, ВитаминРР-3	Биточки рыбные	43-51
<i>Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Сухари панировочные, Приправы, Хлеб пшеничный</i>					
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	10-46
<i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</i>					
Сб.рец.2004г.М осква	638	180	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	4-29
<i>Калорийность-101, Углеводы-25, ВитаминС-2</i>					
<i>Груши, Сахар-песок</i>					
Итого за Обед					91-88
Калорийность-869, Белки-33, Жиры-27, Углеводы-125, ВитаминА-47, ВитаминВ1-1, ВитаминС-17, ВитаминРР-6					

Директор

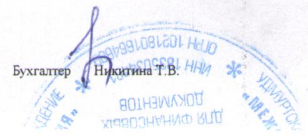
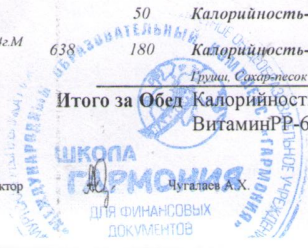
Чугалева А.Х.

Зав.производством

Саликова Л.А.

Бухгалтер

Николина Т.В.



среда

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	17-41
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-291, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-44, ВитаминА-60, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша рисовая на молоке с маслом сливочным	26-01
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
		80/шт.	Калорийность-288, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-58	Пряники глазированные	13-70
Сб.рец.2004г.М осква	692	200	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Кофейный напиток с молоком	16-18
			Кофейный напиток, Молоко пастер 2,5 жирн., Сахар-песок		
Итого за Завтрак			Калорийность-916, Белки-22, Жиры-24, Углеводы-152, ВитаминА-122, ВитаминС-3, ВитаминРР-1		80-20
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"	10-03
			Зеленый горошек, Картофель, Морковь, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Зелень п-ф		
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	17-11
			Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Горох, Картофель, Лавровый лист сушен., Цыпленок потр.1 кат.бройл., Вода, Приправы		
Раз-на-пр-ам стол.школы Гармония	5	90	Калорийность-262, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-20, ВитаминА-19, ВитаминС-3, ВитаминРР-3	Биточки рыбные	43-51
			Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Сахари папировочные, Приправы, Хлеб пшеничный		
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	10-46
			Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая		
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-29
Сб.рец.2004г.М осква	638	180	Калорийность-101, Углеводы-25, ВитаминС-2	Компот из груш	16-51
			Груши, Сахар-песок		
Итого за Обед			Калорийность-974, Белки-34, Жиры-36, Углеводы-130, ВитаминА-47, ВитаминВ1-1, ВитаминС-24, ВитаминРР-6		101-91
Полдник-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2004г.М осква	340	100/20	Калорийность-253, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-2, ВитаминА-238, ВитаминС-1	Омлет натуральный с сыром	54-29
			Яйцо, Масло растительное, Молоко пастер 2,5 жирн., Соль поваренная пищевая, Масса омлетной смеси, Сыр голландский		
		30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-15	Хлеб пшеничный	2-57
		90		Нектарин	26-64
Итого за Полдник			Калорийность-321, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-17, ВитаминА-238, ВитаминС-1		83-50
Итого за день			Калорийность-2 210, Белки-73, Жиры-81, Углеводы-299, ВитаминА-407, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-28, ВитаминРР-7		265-61

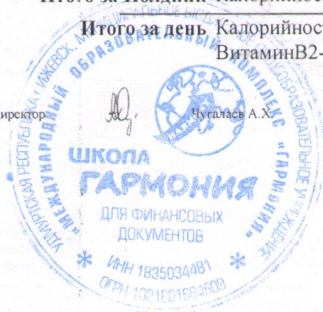
Директор

Чугаева А.Х.

Зав. производством

Саликова Л.А.

Бухгалтер 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)
Завтрак-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)					
Сб.рец.2004г.Москва	302	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	Каша рисовая на молоке с маслом сливочным	19-57
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
Сб.рец.2004г.Москва	692	180	Калорийность-119, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-21, ВитаминА-18, ВитаминС-1 Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн. . Сахар-песок	Кофейный напиток с молоком	14-56
Итого за Завтрак					41-03
Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)					
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. Цыпленок потр.1 кат.бройл. Вода, Приправы	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	17-11
Раз-но пр-ам стал.школы Гармония	5	90	Калорийность-262, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-20, ВитаминА-19, ВитаминС-3, ВитаминРР-3 Горбуша потр.обезглазлен.морожен., Масло растительное. Соль поваренная пищевая. Сухари папировочные, Приправы, Хлеб пшеничный	Биточки рыбные	43-51
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	10-46
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-29
Сб.рец.2004г.Москва	638	180	Калорийность-101, Углеводы-25, ВитаминС-2 Груши, Сахар-песок	Компот из груш	16-51
Итого за Обед					91-88
Итого за день					132-91

Директор

ШКОЛА

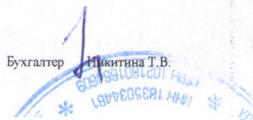
Чугалев А.Х.

Зав. производством

Саликова Л.А.

Бухгалтер

Титкина Т.В.



среда

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	110	250/12,5/10	Калорийность-159, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-13, ВитаминА-21, ВитаминС-21, ВитаминРР-2 <small>Свекла красная, Капуста белокоч.свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Лимонная кислота, Цыпята потр.1 кат.бройл., Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы</small>	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со смет.	21-36
Сб.рец.2008 Ижевск	90	100	Калорийность-199, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-7, ВитаминА-47, ВитаминС-3, ВитаминРР-3 <small>Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Морковь, Хлеб пшеничный, Лук репчатый, Яйцо, Молоко пастер.2.5 жирн., Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Приправы, Масса полуфабриката</small>	Котлета рыбная "Любительская"	56-77
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-29
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <small>Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</small>	Компот из кураги	12-06
Итого за Обед					94-48
Обед-2комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2008 Ижевск	90	100	Калорийность-199, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-7, ВитаминА-47, ВитаминС-3, ВитаминРР-3 <small>Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Морковь, Хлеб пшеничный, Лук репчатый, Яйцо, Молоко пастер.2.5 жирн., Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Приправы, Масса полуфабриката</small>	Котлета рыбная "Любительская"	56-77
Сб.рец.2008 Ижевск	92	180	Калорийность-185, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26, ВитаминА-38, ВитаминС-31, ВитаминРР-2 <small>Картофель, Молоко пастер.2.5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</small>	Картофельное пюре	19-48
Сб.рец.2004г.М осква	576	60	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминА-1, ВитаминС-15	Помидоры свежие	9-46
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-29
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <small>Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</small>	Компот из кураги	12-06
Итого за Обед					102-06
Обед-3комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	110	250/12,5/10	Калорийность-159, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-13, ВитаминА-21, ВитаминС-21, ВитаминРР-2 <small>Свекла красная, Капуста белокоч.свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Лимонная кислота, Цыпята потр.1 кат.бройл., Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы</small>	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со смет.	21-36
Сб.рец.2008 Ижевск	90	100	Калорийность-199, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-7, ВитаминА-47, ВитаминС-3, ВитаминРР-3 <small>Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Морковь, Хлеб пшеничный, Лук репчатый, Яйцо, Молоко пастер.2.5 жирн., Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Приправы, Масса полуфабриката</small>	Котлета рыбная "Любительская"	56-77
Сб.рец.2008 Ижевск	92	180	Калорийность-185, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26, ВитаминА-38, ВитаминС-31, ВитаминРР-2 <small>Картофель, Молоко пастер.2.5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</small>	Картофельное пюре	19-48
Сб.рец.2004г.М осква	576	60	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминА-1, ВитаминС-15	Помидоры свежие	9-46
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-29
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <small>Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</small>	Компот из кураги	12-06
Итого за Обед					123-42

Директор

Удальцов А.Х.

Зав.производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

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)
<u>Обед-Льготники (дети м.д.1 корп.)</u>					
Сб.рец.2004г.М осква	110	250/12,5/10	Калорийность-159, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-13, ВитаминА-21, ВитаминС-21, ВитаминРР-2 <small>Свекла красная, Капуста белокоч свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Лимонная кислота, Цинкзита потр.1 кат.бройл., Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы</small>	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со смет.	21-36
Сб.рец.2008 Ижевск	92	200	Калорийность-206, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-29, ВитаминА-42, ВитаминС-34, ВитаминРР-2 <small>Картофель, Молоко пастер.2.5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</small>	Картофельное пюре .	21-64
Сб.рец.2004г.М осква	576	80	Калорийность-19, Белки-1, Углеводы-3, ВитаминА-1, ВитаминС-20	Помидоры свежие	12-61
		80	Калорийность-181, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-40, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	6-86
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <small>Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</small>	Компот из кураги	12-06
Итого за Обед			Калорийность-731, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-123, ВитаминА-64, ВитаминВ2-1, ВитаминС-78, ВитаминРР-5		74-53



Зав. производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

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)
Завтрак-Льготники (дети ОВЗ 1 корп.)					
Сб.рец.2004г.М осква	366	50/10	Калорийность-136, Белки-11, Жиры-2, Углеводы-18, ВитаминА-13 <i>Сухари панировочные, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Творог н/ж, Сметана, Яйцо, Масло сливочное, Мука пшеничная в/с, Крупа манная, Повидло</i>	Запеканка творожная с повидлом	27-66
		40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон	5-52
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	16-25
Итого за Завтрак					49-43
Обед-Льготники (дети ОВЗ 1 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>Свекла красная, Капуста белокоп.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.	21-36
Сб.рец.2008 Ижевск	90	70	Калорийность-139, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-5, ВитаминА-33, ВитаминС-2, ВитаминРР-2 <i>Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Морковь, Хлеб пшеничный, Лук репчатый, Яйцо, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Приправы, Масса полуфабриката</i>	Котлета рыбная "Любительская"	39-74
Сб.рец.2008 Ижевск	92	180	Калорийность-185, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26, ВитаминА-38, ВитаминС-31, ВитаминРР-2 <i>Картофель, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</i>	Картофельное пюре	19-48
		45	Калорийность-102, Белки-3, Углеводы-22, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-86
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	12-06
Итого за Обед					96-50
Итого за день					145-93

Директор



Чугалас А.Х.

Зав. производством

Handwritten signature

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Handwritten signature

Никитина Т.В.