

вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>Обед-6комплекс (1-4 кл.)</u>					
Сб.рец. 2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, Витамина-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 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"	53-52
Сб.рец. 2004г.М осква	515	155	Калорийность-251, Белки-15, Жиры-5, Углеводы-36, Витамина-22, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-2 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	14-74
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец. 2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-52
Итого за Обед					81-24
<u>Обед-7комплекс (1-4 кл.)</u>					
Сб.рец. 2004г.М осква	124	250/12,5/10	Калорийность-149, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10, Витамина-22, ВитаминС-34, ВитаминРР-2 Капуста белокач. свежая, Картофель, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Морковь, Лук репчатый, Цыпленок потр. 1 кат. бройл., Помидоры свежие, Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы	Щи из свеж.капусты с мясом птицы со сметаной	26-98
Сб.рец. 2008* Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, Витамина-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 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"	53-52
Сб.рец. 2004г.М осква	515	155	Калорийность-251, Белки-15, Жиры-5, Углеводы-36, Витамина-22, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-2 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	14-74
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец. 2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-52
Итого за Обед					108-22
Калорийность-783, Белки-37, Жиры-23, Углеводы-104, Витамина-81, ВитаминВ1-1, ВитаминС-236, ВитаминРР-6					

Директор

Чугалева А.Х.

Повар

Саликова Л.А.

Калькулятор, Родиткина Т.В.

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-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	25-25
		40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон	5-52
Сб.рец. 2008 Ижевск	149	180	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-18, ВитаминС-1 <i>Какао-порошок. Молоко пастер. 2,5 жирн. . Сахар-песок. Вода</i>	Какао с молоком	16-27
Итого за Завтрак					47-04
Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)					
Сб.рец.2004г.М осква	124	250/12,5/10	Калорийность-149, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминА-22, ВитаминС-34, ВитаминРР-2 <i>Капустá белокач. свежая. Картофель. Масло растительное. Соль поваренная пищевая. Морковь. Лук репчатый. Цыпленок потр. 1 кат. бройл. Памидоры свежие. Вода. Сметана. Зелень п-ф. Приправы</i>	Щи из свеж.капусты с мясом птицы со сметаной	26-98
Сб.рец. 2008 Ижевск	75	60	Калорийность-125, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7, ВитаминА-30, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 <i>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</i>	Комлета "Детская"	42-77
Сб.рец.2004г.М осква	515	150	Калорийность-243, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-35, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-2 <i>Горох. Соль поваренная пищевая. Масло сливочное. Вода</i>	Гороховое пюре	14-26
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 <i>Плоды шиповника сух., Сахар-песок. Вода</i>	Напиток из плодов шиповника	9-52
Итого за Обед					96-99
Итого за день					144-03



Повар

Саликова Л.А.

Калькулятор 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	96	20	Калорийность-132, Жиры-15, ВитаминА-80	Масло сливочное	31-37
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	33-56
		50	Молоко пастер 2.5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Крупа пшеничная, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Батон	6-90
		40/1шт.	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Печенье сахарное	7-37
Сб.рец. 2008 Ижевск	149	200	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Какао с молоком	18-08
			Какао-порошок, Молоко пастер 2.5 жирн., Сахар-песок, Вода		
Итого за Завтрак					97-28
Обед-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец. 2004г.М осква	71	60	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-6	Винегрет овощной	14-25
			Картофель, Свекла красная, Морковь, Огурцы консервированные, Лук зеленый, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Зелень п-ф		
Сб.рец. 2004г.М осква	124	250/12,5/10	Калорийность-149, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминА-22, ВитаминС-34, ВитаминРР-2	Щи из свеж.капусты с мясом птицы со сметаной	26-98
			Капуста белокоп. свежая, Картофель, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Морковь, Лук репчатый, Цыпленок потр. 1 кат. бройл., Помидоры свежие, Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы		
Сб.рец. 2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминА-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2	Комлета "Детская"	53-52
			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		
Сб.рец. 2004г.М осква	515	155	Калорийность-251, Белки-15, Жиры-5, Углеводы-36, ВитаминА-22, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-2	Гороховое пюре	14-74
			Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода		
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец. 2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200	Напиток из плодов шиповника	9-52
			Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода		
Итого за Обед					122-47
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	11-47
			Мука пшеничная в.с., Сахар-песок, Масло растительное, Яйцо, Соль поваренная пищевая, Дрожжи прессованные, Вода, Масса теста, Картофель хлопья, Лук репчатый, Масса фарша, Масса полуфабриката		
Сб.рец. 2004г.М осква	707	200	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминА-2 600, ВитаминС-8	Сок фруктовый	17-06
		90/1шт.	Белки-1, Углеводы-12	Мандарины	31-68
Итого за Полдник					60-21
Итого за день					279-96
					Калорийность-2 146, Белки-66, Жиры-75, Углеводы-319, ВитаминА-2 857, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-261, ВитаминРР-9

Директор

Чугалева А.Х.

Повар

Салинова Л.А.

Калькулятор, Пискунова Т.В.

