

среда

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	90	90	Калорийность-179, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-6, ВитаминА-43, ВитаминС-2, ВитаминРР-3 Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Морковь, Хлеб пшеничный, Лук репчатый, Яйцо, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло растительное, Приправы, Соль поваренная пищевая., Масса полуфабриката	Котлета рыбная "Любительская",	51-30
Сб.рец.2004г.М осква	332	160	Калорийность-221, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминА-22, ВитаминРР-1 Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	15-20
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	631	200	Калорийность-115, Углеводы-28, ВитаминС-7 Яблоки, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода	Компот из свежих яблок	9-46
Итого за Обед Калорийность-627, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-97, ВитаминА-65, ВитаминС-10, ВитаминРР-4					80-29
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	17-10
Сб.рец.2008 Ижевск	90	90	Калорийность-179, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-6, ВитаминА-43, ВитаминС-2, ВитаминРР-3 Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Морковь, Хлеб пшеничный, Лук репчатый, Яйцо, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло растительное, Приправы, Соль поваренная пищевая., Масса полуфабриката	Котлета рыбная "Любительская",	51-30
Сб.рец.2004г.М осква	332	160	Калорийность-221, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминА-22, ВитаминРР-1 Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	15-20
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	631	200	Калорийность-115, Углеводы-28, ВитаминС-7 Яблоки, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода	Компот из свежих яблок	9-46
Итого за Обед Калорийность-813, Белки-33, Жиры-24, Углеводы-117, ВитаминА-71, ВитаминВ1-1, ВитаминС-22, ВитаминРР-6					97-39

Директор

Чугалева А.Х.

Никитина Т.В.

Зав.производством
Салинова Л.А.Зав.производством
Салинова Л.А.Бухгалтер
Чугалева А.Х.Директор
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.М осква	302	150/7,5	Калорийность-219, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-33, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша рисовая на молоке с маслом сливочным	25-03
		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	Кофейный напиток с молоком	17-05
			Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок		
Итого за Завтрак					47-60
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	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	17-10
			Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Горох, Картофель, Лавровый лист сушен., Цыпленок потр.1 кат.бройл., Вода, Приправы		
Сб.рец.2008 Ижевск	90	90	Калорийность-179, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-6, ВитаминА-43, ВитаминС-2, ВитаминРР-3	Котлета рыбная "Любительская"	51-30
			Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Морковь, Хлеб пшеничный, Лук репчатый, Яйцо, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Приправы, Масса полуфабриката		
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	14-25
			Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.		
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	631	200	Калорийность-115, Углеводы-28, ВитаминС-7	Компот из свежих яблок	9-46
			Яблоки, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода		
Итого за Обед					96-44
Итого за день					144-04
			Калорийность-1254, Белки-44, Жиры-35, Углеводы-192, ВитаминА-135, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-24, ВитаминРР-7		

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	16-83
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	33-27
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
		70/шт.	Калорийность-252, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-51	Пряники глазированные	12-05
Сб.рец.2004г.М осква	692	200	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1 Кофейный напиток. Молоко пастер.2,5 жирн. Сахар-песок	Кофейный напиток с молоком	17-05
Итого за Завтрак			Калорийность-880, Белки-22, Жиры-24, Углеводы-145, ВитаминА-122, ВитаминС-3, ВитаминРР-1		86-10
Обед-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2004г.Уд муртская кухня	6	60	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-8, ВитаминС-19 Капуста белокоч.свежая, Помидоры свежие, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Лимонная кислота, Масло растительное, Зелень п-ф, Чеснок	Салат "Тазалык"	17-82
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., Цыпленок потр.1 кат.бройл., Вода, Приправы	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	17-10
Сб.рец.2008 Ижевск	90	90	Калорийность-179, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-6, ВитаминА-43, ВитаминС-2, ВитаминРР-3 Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Морковь, Хлеб пшеничный, Лук репчатый, Яйцо, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Приправы, Масса полуфабриката	Котлета рыбная "Любительская"	51-30
Сб.рец.2004г.М осква	332	160	Калорийность-221, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминА-22, ВитаминРР-1 Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	15-20
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	631	200	Калорийность-115, Углеводы-28, ВитаминС-7 Яблоки, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода	Компот из свежих яблок	9-46
Итого за Обед			Калорийность-905, Белки-35, Жиры-30, Углеводы-124, ВитаминА-72, ВитаминВ1-1, ВитаминС-41, ВитаминРР-6		115-21
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 Яйцо, Масло растительное, Молоко пастер.2,5 жирн., Соль поваренная пищевая., Масса омлетной смеси, Сыр голландский	Омлет натуральный с сыром	55-35
		30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-15	Хлеб пшеничный	2-59
Сборник в дошк.орг.по УР	268	200	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминА-2 600, ВитаминС-8	Сок фруктовый.	13-69
Сборник в дошк.орг.по УР	248/2	140	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-13, ВитаминС-7	Груши	51-29
Итого за Полдник			Калорийность-489, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-56, ВитаминА-2 838, ВитаминВ2-1, ВитаминС-16, ВитаминРР-1		122-92
Итого за день			Калорийность-2 274, Белки-75, Жиры-75, Углеводы-325, ВитаминА-3 032, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-59, ВитаминРР-8		324-23

Директор

Чугалева 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)
Обед-1 комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.1994г.	147	250/12,5	Калорийность-144, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-16, ВитаминА-26, ВитаминС-2, ВитаминРР-1 <i>Соль поваренная пищевая., Масло сливочное, Макароны вермишель, Цыплята потр.1 кат.бройл., Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Приправы, Вода</i>	Суп с макаронными изделиями с мясом птицы	20-96
Сб.рец.2004г.М осква	462	100	Калорийность-246, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-13, 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., Приправы, Масса полуфабриката</i>	Тефтели с рисом	65-32
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	27-48
Сб.рец.2008 Ижевск	153	200	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1 <i>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</i>	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2008 Ижевск	153	200	Калорийность-143, Белки-1, Углеводы-35, ВитаминС-1 <i>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</i>	Компот из смеси сухофруктов	7-46
Итого за Обед					125-55
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 <i>Морковь, Капуста белокож.свежая, Огурцы свежие, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Зелень п-ф</i>	Салат "Можгинский"	20-99
Сб.рец.2004г.М осква	462	100	Калорийность-246, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-13, 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., Приправы, Масса полуфабриката</i>	Тефтели с рисом	65-32
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	27-48
Сб.рец.2008 Ижевск	153	200	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1 <i>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</i>	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2008 Ижевск	153	200	Калорийность-143, Белки-1, Углеводы-35, ВитаминС-1 <i>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</i>	Компот из смеси сухофруктов	7-46
Итого за Обед					125-58
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 <i>Морковь, Капуста белокож.свежая, Огурцы свежие, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Зелень п-ф</i>	Салат "Можгинский"	20-99
Сб.рец.1994г.	147	250/12,5	Калорийность-144, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-16, ВитаминА-26, ВитаминС-2, ВитаминРР-1 <i>Соль поваренная пищевая., Масло сливочное, Макароны вермишель, Цыплята потр.1 кат.бройл., Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Приправы, Вода</i>	Суп с макаронными изделиями с мясом птицы	20-96
Сб.рец.2004г.М осква	462	100	Калорийность-246, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-13, 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., Приправы, Масса полуфабриката</i>	Тефтели с рисом	65-32
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	27-48
Сб.рец.2008 Ижевск	153	200	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1 <i>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</i>	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2008 Ижевск	153	200	Калорийность-143, Белки-1, Углеводы-35, ВитаминС-1 <i>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</i>	Компот из смеси сухофруктов	7-46
Итого за Обед					146-54
Завтрак-9 комплексе 5кл-11кл					
Сб.рец.2011г.(о оинальные организации)	216	100/20	Калорийность-253, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-2, ВитаминА-238, ВитаминС-1 <i>Яйцо, Масло растительное, Молоко пастер.2,5 жирн., Соль поваренная пищевая., Масса омлетной смеси, Сыр голландский</i>	Омлет с сыром	55-23
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
		60	Калорийность-216, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-44	Пряники глазированные	10-30
Сб.рец.2004г.М осква	686	200	Калорийность-63, Углеводы-15, ВитаминС-4 <i>Сахар-песок, Чай черный, Лимон, Вода</i>	Чай с сахаром, с лимоном	5-29
Итого за Завтрак					77-72

Директор

Чугаев 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)
Обед-Льготники (дети м.д.1 корп.)					
Сб.рец.2004г.Уд Лурдская кухня	14	90	Калорийность-130, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-4, ВитаминА-4, ВитаминС-16 Морковь, Капуста белокол.свежая, Огурцы свежие, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Зелень п-ф	Салат "Можгинский"	18-89
Сб.рец.1994г.	147	250/12,5	Калорийность-144, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-16, ВитаминА-26, ВитаминС-2, ВитаминРР-1 Соль поваренная пищевая., Масло сливочное, Макароны вермишель, Цыплята потр.1 кат.бройл., Морковь, Лук репчатый, Томатная паста., Приправы, Вода	Суп с макаронными изделиями с мясом птицы	20-96
Сб.рец.2008 Ижевск	92	200	Калорийность-206, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-29, ВитаминА-42, ВитаминС-34, ВитаминРР-2 Картофель, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Картофельное пюре .	30-54
Сб.рец.2008 Ижевск	153	40 200	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1 Калорийность-143, Белки-1, Углеводы-35, ВитаминС-1 Сахар-песок, Сухофрукты, Вода	Хлеб пшеничный Компот из смеси сухофруктов	3-46 7-46
Итого за Обед Калорийность-714, Белки-15, Жиры-27, Углеводы-103, ВитаминА-72, ВитаминС-53, ВитаминРР-4					81-31

Директор



Чугалас А.Х.

Зав. производством

Handwritten signature

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Handwritten signature

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>Завтрак-Льготники (дети ОВЗ 1 корп.)</u>					
Сб.рец.2004г.М осква	340	80/13	Калорийность-196, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-1, ВитаминА-185 <i>Яйцо, Масло растительное, Молоко пастер.2,5 жирн. , Соль поваренная пищевая, Масса омлетной смеси, Сыр голландский</i>	Омлет натуральный с сыром	42-80
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
Сб.рец.2004г.М осква	686	200	Калорийность-63, Углеводы-15, ВитаминС-4 <i>Сахар-песок, Чай черный , Лимон, Вода</i>	Чай с сахаром , с лимоном	5-29
Итого за Завтрак Калорийность-389, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-43, ВитаминА-185, ВитаминС-5					54-99
<u>Обед-Льготники (дети ОВЗ 1 корп.)</u>					
Сб.рец.1994г.	147	250/12,5	Калорийность-144, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-16, ВитаминА-26, ВитаминС-2, ВитаминРР-1 <i>Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Макароны вермишель, Цыпленок потр.1 кит.бройл., Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Приправы, Вода</i>	Суп с макаронными изделиями с мясом птицы	20-96
Сб.рец.2004г.М осква	462	65	Калорийность-160, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминС-2, ВитаминРР-2 <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	42-06
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 .	27-48
		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 <i>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</i>	Компот из смеси сухофруктов	7-46
Итого за Обед Калорийность-745, Белки-23, Жиры-24, Углеводы-110, ВитаминА-64, ВитаминС-36, ВитаминРР-5					102-29
Итого за день Калорийность-1 134, Белки-39, Жиры-41, Углеводы-153, ВитаминА-249, ВитаминВ2-1, ВитаминС-41, ВитаминРР-6					157-28

Директор

Чугалас А.Х.

Зав.производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Никитина Т.В.

