

четверг

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-211, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-30, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <i>Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Крупа ячневая, Вода, Масса каши, Масло сливочное</i>	Каша ячневая на молоке с маслом сливочным	23-11
		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	14-68
Итого за Завтрак					43-31
Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)					
Сб.рец.2008 Ижевск	60	200/10	Калорийность-93, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-11, ВитаминА-32, ВитаминС-14, ВитаминРР-1 <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	20-69
Сб.рец.2004г.М осква	451	70	Калорийность-142, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-11, ВитаминРР-2 <i>Мясо говядина падуф заморозе в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный , Сухари папировочные, Соль поваренная пищевая, Вода, Приправы, Масса пауфабриката, Масло растительное</i>	Котлета рубленая ,,	51-53
Сб.рец.2004г.М осква	512	150	Калорийность-210, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-39, ВитаминА-21, ВитаминРР-1 <i>Масло сливочное, Крупа рисовая, Соль поваренная пищевая, Вода</i>	Рис припущенный	14-73
		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	11-00
Итого за Обед					101-41
Итого за день					144-72
			Калорийность-1 173, Белки-37, Жиры-26, Углеводы-200, ВитаминА-115, ВитаминВ2-1, ВитаминС-17, ВитаминРР-6		



Директор

Чугалас А.Х.

Зав. производством

СБ

Саликова Л.А.

Бухгалтер Никитина Т.В.

четверг

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак-8комплекс (1-4 кл.полный день)</u>					
Сб.рец.2004г.М осква	96	20	Калорийность-132, Жиры-15, ВитаминА-80	Масло сливочное	31-35
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-281, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-40, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша ячневая на молоке с маслом сливочным	30-72
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
		70/шт.	Калорийность-298, Белки-6, Жиры-13, Углеводы-51, ВитаминА-7, ВитаминРР-1	Печенье сахарное	13-02
Сб.рец.2008 Ижевск	149	200	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Какао с молоком	16-31
			Какао-порошок, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Вода		
Итого за Завтрак			Калорийность-986, Белки-21, Жиры-42, Углеводы-142, ВитаминА-166, ВитаминС-3, ВитаминРР-2		98-30
<u>Обед-8комплекс (1-4 кл.полный день)</u>					
Сб.рец.2004г.Уд муртская кухня	25	60	Калорийность-105, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-5, ВитаминС-7	Салат "Стеной"	9-95
			Зеленый горошек, Картофель, Морковь, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Зелень п-ф		
Сб.рец.2008 Ижевск	60	250/12,5	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминА-40, ВитаминС-17, ВитаминРР-2	Уха со взбитым яйцом	26-26
			Картофель, Лавровый лист сушен., Лук репчатый, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая, Яйцо, Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Вода, Зелень п-ф		
Сб.рец.2004г.М осква	451	70	Калорийность-142, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-11, ВитаминРР-2	Котлета рубленая ,,	51-53
			Мясо говядина полуф.замороже.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Сухари папировочные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное		
Сб.рец.2004г.М осква	512	150	Калорийность-210, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-39, ВитаминА-21, ВитаминРР-1	Рис припущенный	14-73
		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	11-00
			Сахар-песок, Изюм, Вода		
Итого за Обед			Калорийность-856, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-134, ВитаминА-61, ВитаминС-25, ВитаминРР-5		116-93
<u>Полдник-8комплекс (1-4 кл.полный день)</u>					
Сб.рец.2004г.М осква	738	75	Калорийность-208, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-31, ВитаминА-28, ВитаминС-6, ВитаминРР-1	Пирожки печеные с луком зелен.и яйцом	26-33
			Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло растительное, Вода, Яйцо, Соль поваренная пищевая, Дрожжи пресованные, Масса теста, Лук зеленый, Масло сливочное, Масса фарша, Масса полуфабриката		
Сб.рец.2004г.М осква	707	200	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминА-2 600, ВитаминС-8	Сок фруктовый	14-91
		160	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-16, ВитаминС-26	Яблоки	22-43
Итого за Полдник			Калорийность-393, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-72, ВитаминА-2 628, ВитаминС-41, ВитаминРР-1		63-67
Итого за день			Калорийность-2 235, Белки-55, Жиры-74, Углеводы-348, ВитаминА-2 855, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-68, ВитаминРР-9		278-90

Директор

Чугалева А.Х.

Зав.производством

Саликова Л.А.

Бухгалтер Никитина Т.В.



четверг

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	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со смет.	23-12
<i>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</i>					
Сб.рец.2004г.М осква	498	100	Калорийность-318, Белки-23, Жиры-18, Углеводы-17, ВитаминА-46, ВитаминС-3, ВитаминРР-7	Котлеты рубленые из птицы	73-85
<i>Мясо п/ф (куриц.), Хлеб пшеничный, Молоко пастер.2,5 жирн., Сухари папировочные, Соль поваренная пищевая, Масса полуфабриката, Приправы</i>					
Сб.рец.2004г.М осква	512	180	Калорийность-251, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-47, ВитаминА-25, ВитаминРР-1	Рис припущенный	17-68
<i>Масло сливочное, Крупа рисовая, Соль поваренная пищевая, Вода</i>					
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Компот из кураги	12-24
<i>Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</i>					
Итого за Обед			Калорийность-1 007, Белки-38, Жиры-33, Углеводы-141, ВитаминА-93, ВитаминС-26, ВитаминРР-10		131-22
Обед-2комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2008 Ижевск	8	100	Калорийность-141, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-22, ВитаминС-5, ВитаминРР-1	Салат из моркови с яблоками и изюмом	13-31
<i>Морковь, Яблоки, Изюм, Сахар-песок, Масло растительное</i>					
Сб.рец.2004г.М осква	498	100	Калорийность-318, Белки-23, Жиры-18, Углеводы-17, ВитаминА-46, ВитаминС-3, ВитаминРР-7	Котлеты рубленые из птицы	73-85
<i>Мясо п/ф (куриц.), Хлеб пшеничный, Молоко пастер.2,5 жирн., Сухари папировочные, Соль поваренная пищевая, Масса полуфабриката, Приправы</i>					
Сб.рец.2004г.М осква	512	180	Калорийность-251, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-47, ВитаминА-25, ВитаминРР-1	Рис припущенный	17-68
<i>Масло сливочное, Крупа рисовая, Соль поваренная пищевая, Вода</i>					
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Компот из кураги	12-24
<i>Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</i>					
Итого за Обед			Калорийность-989, Белки-34, Жиры-29, Углеводы-150, ВитаминА-72, ВитаминС-10, ВитаминРР-9		121-41
Обед-3комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2008 Ижевск	8	100	Калорийность-141, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-22, ВитаминС-5, ВитаминРР-1	Салат из моркови с яблоками и изюмом	13-31
<i>Морковь, Яблоки, Изюм, Сахар-песок, Масло растительное</i>					
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.	23-12
<i>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</i>					
Сб.рец.2004г.М осква	498	100	Калорийность-318, Белки-23, Жиры-18, Углеводы-17, ВитаминА-46, ВитаминС-3, ВитаминРР-7	Котлеты рубленые из птицы	73-85
<i>Мясо п/ф (куриц.), Хлеб пшеничный, Молоко пастер.2,5 жирн., Сухари папировочные, Соль поваренная пищевая, Масса полуфабриката, Приправы</i>					
Сб.рец.2004г.М осква	512	180	Калорийность-251, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-47, ВитаминА-25, ВитаминРР-1	Рис припущенный	17-68
<i>Масло сливочное, Крупа рисовая, Соль поваренная пищевая, Вода</i>					
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Компот из кураги	12-24
<i>Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</i>					
Итого за Обед			Калорийность-1 148, Белки-39, Жиры-38, Углеводы-163, ВитаминА-93, ВитаминВ2-1, ВитаминС-31, ВитаминРР-11		144-53
Завтрак-9комплекс 5кл-11кл					
		30	Калорийность-198, Жиры-22, ВитаминА-120	Масло сливочное.	47-06
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-313, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-44, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша пшенная на молоке с маслом сливочным	31-39
<i>Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Крупа пшено, Вода, Масса каши, Масло сливочное</i>					
		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 с молоком	15-59
<i>Какао-порошок, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Вода</i>					
Итого за Завтрак			Калорийность-786, Белки-17, Жиры-38, Углеводы-96, ВитаминА-199, ВитаминС-3, ВитаминРР-1		100-94

Директор

Чугалаев А.Х.

Зав.производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Никитина Т.В.

Школа
Гармония

23 января 2025

четверг

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	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	13-31
Сб.рец.2004г.М осква	110	250/20/10	Калорийность-164, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-13, ВитаминА-22, ВитаминС-21, ВитаминРР-2 Свекла красная, Капуста белокооч.свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Лимонная кислота, Цыплата потр.1 кат.бройл., Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со смет.	28-09
Сб.рец.2011г.(д ошкальные организации)	166	180	Калорийность-219, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-42, ВитаминА-24, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 Рис пропаренный, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая, Вода	Рис припущенный с овощами.	20-79
		80	Калорийность-181, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-40, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	6-93
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	12-24
Итого за Обед Калорийность-870, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-155, ВитаминА-46, ВитаминС-31, ВитаминРР-5					81-36

Директор



Чугалаев А.Х.

Зав. производством

Иванов

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Никитина

Никитина Т.В.

четверг

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	302	150/7,5	Калорийность-235, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-33, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <i>Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа пшено, Вода, Масса каши, Масло сливочное</i>	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	23-62
		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	15-59
Итого за Завтрак Калорийность-510, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-85, ВитаминА-65, ВитаминС-2, ВитаминРР-1					46-11
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.	23-12
Сб.рец.2004г.М осква	498	75	Калорийность-238, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-13, ВитаминА-35, ВитаминС-2, ВитаминРР-5 <i>Мясо п/ф (курин.), Хлеб пшеничный , Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахари панировочные, Соль поваренная пищевая., Масса полуфабриката, Приправы</i>	Котлеты рубленые из птицы	55-39
Сб.рец.2004г.М осква	512	150	Калорийность-210, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-39, ВитаминА-21, ВитаминРР-1 <i>Масло сливочное, Крупа рисовая, Соль поваренная пищевая., Вода</i>	Рис припущенный	14-73
		65	Калорийность-147, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-32, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	5-63
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	12-24
Итого за Обед Калорийность-920, Белки-33, Жиры-28, Углеводы-136, ВитаминА-77, ВитаминС-25, ВитаминРР-9					111-11
Итого за день Калорийность-1 430, Белки-47, Жиры-41, Углеводы-221, ВитаминА-142, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-28, ВитаминРР-9					157-22



Директор

Чугалаев А.Х.

Зав. производством

Handwritten signature

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Handwritten signature

Никитина Т.В.

четверг

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 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Котлета рубленая ,,	51-53
Сб.рец.2004г.М осква	512	150	Калорийность-210, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-39, ВитаминА-21, ВитаминPP-1 Масло сливочное, Крупа рисовая, Соль поваренная пищевая, Вода	Рис припущенный	14-73
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1 Сахар-песок, Изюм, Вода	Хлеб пшеничный. Компот из изюма	3-46 11-00
Итого за Обед Калорийность-634, Белки-20, Жиры-10, Углеводы-116, ВитаминА-21, ВитаминС-1, ВитаминPP-3					80-72
Обед-7комплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец.2008 Ижевск	60	250/12,5	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминА-40, ВитаминС-17, ВитаминPP-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	26-26
Сб.рец.2004г.М осква	451	70	Калорийность-142, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-11, ВитаминPP-2 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Котлета рубленая ,,	51-53
Сб.рец.2004г.М осква	512	150	Калорийность-210, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-39, ВитаминА-21, ВитаминPP-1 Масло сливочное, Крупа рисовая, Соль поваренная пищевая, Вода	Рис припущенный	14-73
Сб.рец.2004г.М осква	638	200	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1 Сахар-песок, Изюм, Вода	Хлеб пшеничный. Компот из изюма	3-46 11-00
Итого за Обед Калорийность-751, Белки-26, Жиры-15, Углеводы-129, ВитаминА-61, ВитаминС-18, ВитаминPP-5					106-98

Директор

Чугаев А.Х.

Зав.производством

Саликова Л.А.

Бухгалтер Никитина Т.В.

