

пятница

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Обед-бкомплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	498	75	Калорийность-238, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-13, ВитаминА-35, ВитаминС-2, ВитаминРР-5 Масо п/ф (куриц.), Хлеб пшеничный, Молоко пастер.2,5 жирн., Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Масса полуфабриката, Приправы	Котлеты рубленые из птицы	55-75
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	14-99
Сб.рец.2008 Ижевск	153	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
		200	Калорийность-143, Белки-1, Углеводы-35, ВитаминС-1 Сахар-песок, Сухофрукты, Вода	Компот из смеси сухофруктов	7-22
Итого за Обед					Калорийность-692, Белки-27, Жиры-18, Углеводы-106, ВитаминА-57, ВитаминС-3, ВитаминРР-6 81-42

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, ВитаминРР-2 Свекла красная, Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Лимонная кислота, Цукаты потр.1 кат.бройл., Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со смет.	25-29
Сб.рец.2004г.М осква	498	75	Калорийность-238, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-13, ВитаминА-35, ВитаминС-2, ВитаминРР-5 Масо п/ф (куриц.), Хлеб пшеничный, Молоко пастер.2,5 жирн., Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Масса полуфабриката, Приправы	Котлеты рубленые из птицы	55-75
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	14-99
Сб.рец.2008 Ижевск	153	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
		200	Калорийность-143, Белки-1, Углеводы-35, ВитаминС-1 Сахар-песок, Сухофрукты, Вода	Компот из смеси сухофруктов	7-22
Итого за Обед					Калорийность-852, Белки-32, Жиры-28, Углеводы-119, ВитаминА-79, ВитаминС-24, ВитаминРР-7 106-71

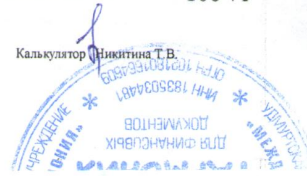
Директор

Цугласев А.Х.

Повар

Саликова Л.А.

Калькулятор 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 Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа пшеничная, Вода, Масса каши, Масло сливочное	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	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	18-08
Итого за Завтрак					48-85
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 Свекла красная, Капуста белокоч.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	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со смет.	25-29
Сб.рец.2004г.М осква	498	60	Калорийность-191, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-10, ВитаминА-28, ВитаминС-2, ВитаминРР-4 Мясо п/ф (куриц.), Хлеб пшеничный, Молоко пастер.2,5 жирн., Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая., Масса паштетная, Приправы	Котлеты рубленые из птицы	44-60
Сб.рец.2004г.М осква	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	14-05
		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	7-22
Итого за Обед					95-49
Итого за день					144-34

Директор

Чугалева А.Х.

Повар

Саликова Л.А.

Калькулятор 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	97	20	Калорийность-75, Белки-5, Жиры-6, ВитаминА-42	Сыр голланд порциями	26-48
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	33-57
		50	Молоко пастер. 2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа пшеничная, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Батон	6-90
		40/шт.	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Печенье сахарное	7-38
Сб.рец. 2004г.М осква	692	200	Калорийность-170, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-4	Кофейный напиток с молоком	18-95
			Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1		
			Кофейный напиток, Молоко пастер. 2,5 жирн., Сахар-песок		
Итого за Завтрак					Калорийность-813, Белки-24, Жиры-28, Углеводы-124, ВитаминА-125, ВитаминС-3, ВитаминРР-1 93-28
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	14-27
			Картофель, Свекла красная, Морковь, Огурцы консервированные, Лук зеленый, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Зелень п-ф		
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.	25-29
			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		
Сб.рец. 2004г.М осква	498	75	Калорийность-238, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-13, ВитаминА-35, ВитаминС-2, ВитаминРР-5	Котлеты рубленые из птицы	55-75
			Мясо п/ф (куриц.), Хлеб пшеничный, Молоко пастер. 2,5 жирн., Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая., Масса полуфабриката, Приправы		
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	14-99
			Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.		
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец. 2008 Ижевск	153	200	Калорийность-143, Белки-1, Углеводы-35, ВитаминС-1	Компот из смеси сухофруктов	7-22
			Сахар-песок, Сухофрукты, Вода		
Итого за Обед					Калорийность-928, Белки-32, Жиры-34, Углеводы-123, ВитаминА-79, ВитаминС-30, ВитаминРР-8 120-98
Полдник-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Удмуртская национальная кухня	70		Калорийность-261, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-31, ВитаминА-69	Сырная палочка	37-39
			Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Вода, Масло сливочное, Масса теста, Сыр голландский		
Сб.рец. 2004г.М осква	707	200	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминА-2 600, ВитаминС-8	Сок фруктовый	17-06
		130/шт.	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13, ВитаминС-21	Яблоки	18-24
Итого за Полдник					Калорийность-433, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-69, ВитаминА-2 669, ВитаминС-30, ВитаминРР-1 72-69
Итого за день					Калорийность-2 174, Белки-65, Жиры-74, Углеводы-316, ВитаминА-2 873, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-62, ВитаминРР-10 286-95



Повар

Саликова Л.А.

Калькуляторчиккина Т.В.