

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.Москва	451	65	Калорийность-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминРР-2 <small>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Сухари панировочные, Хлеб пшеничный, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката</small>	Шницель рубленый.	47-59
Сб.рец.2008 Ижевск	92	150	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-32, ВитаминС-26, ВитаминРР-2 <small>Картофель, Молоко пастер.2,5 жири., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</small>	Картофельное пюре.	22-70
		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 <small>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</small>	Компот из смеси сухофруктов	7-44
Итого за Обед					81-19

Обед-7комплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец.2004г.Москва	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, Цыплята потр.1 кат.бройл., Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы</small>	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со смет.	22-48
Сб.рец.2004г.Москва	451	65	Калорийность-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминРР-2 <small>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Сухари панировочные, Хлеб пшеничный, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката</small>	Шницель рубленый.	47-59
Сб.рец.2008 Ижевск	92	150	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-32, ВитаминС-26, ВитаминРР-2 <small>Картофель, Молоко пастер.2,5 жири., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</small>	Картофельное пюре.	22-70
		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 <small>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</small>	Компот из смеси сухофруктов	7-44
Итого за Обед					103-67

Директор

Чугаласв А.Х.

Зав. производством

Саликова Л.А.

Бухгалтер Никитина Т.В.



пятница

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.)					
		150/7,5	Калорийность-239, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-35, ВитаминА-47, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	29-38
		50	молоко сухое обезжир., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа рисовая, Крупа пшено, Вода, Масса каши, Масло сливочное		
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
Сб.рец.2004г.М оска	692	150	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18, ВитаминА-15, ВитаминС-1	Кофейный напиток с молоком	16-25
			Кофейный напиток, молоко сухое обезжир., Сахар-песок		
Итого за Завтрак					52-53
Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)					
Сб.рец.2004г.М оска	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.	22-48
			Свекла красная, Капуста белокоп. 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		
Сб.рец.2004г.М оска	451	50	Калорийность-102, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-8, ВитаминРР-2	Шницель рубленый .	36-61
			Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Сухари панировочные, Хлеб пшеничный, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Приправы, Вода, Масса полуфабриката		
Сб.рец.2008 Ижевск	92	150	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-32, ВитаминС-26, ВитаминРР-2	Картофельное пюре .	22-70
			Картофель, Молоко пастер.2.5 эсирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.		
		30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-15	Хлеб пшеничный	2-59
Сб.рец.2008 Ижевск	153	200	Калорийность-143, Белки-1, Углеводы-35, ВитаминС-1	Компот из смеси сухофруктов	7-44
			Сахар-песок, Сухофрукты, Вода		
Итого за Обед					91-82
Итого за день					144-35
			Калорийность-1 093, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-171, ВитаминА-115, ВитаминВ2-1, ВитаминС-50, ВитаминРР-6		

Директор

Чугаев А.Х.

Зав. производством

Салинова Л.А.

Бухгалтер 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)
<u>Завтрак-8комплекс (1-4 кл.полный день)</u>					
Сб.рец.2004г.М оска	96	20	Калорийность-132, Жиры-15, ВитаминА-80	Масло сливочное .	31-53
Сб.рец.2008 Ижевск	119	200/10	Калорийность-302, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-44, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным.	32-84
		50	Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа рисовая, Крупа пшено, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Батон	6-90
		60/шт.	Калорийность-216, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-44	Пряники глазированные	10-28
Сб.рец.2004г.М оска	692	200	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Кофейный напиток с молоком	17-38
			Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок		
Итого за Завтрак					98-93
<u>Обед-8комплекс (1-4 кл.полный день)</u>					
Сб.рец.2004г.М оска	40	60	Калорийность-109, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-6, ВитаминС-27	Салат "Витаминный"	18-90
			Зеленый горошек , Капуста белоколч.свежая, Лимонная кислота, Лук зеленый, Морковь, Перец сладкий, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Зелень п-ф		
Сб.рец.2004г.М оска	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.	22-48
			Свекла красная, Капуста белоколч.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 оска	45	65	Калорийность-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминРР-2	Шницель рубленый .	47-59
			Мясо говядина полуф.замороже.в блоках для дет.питания, Сухари панировочные, Хлеб пшеничный, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Приправы, Вода, Масса полуфабриката		
Сб.рец.2008 Ижевск	92	150	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-32, ВитаминС-26, ВитаминРР-2	Картофельное пюре .	22-68
			Картофель, Молоко пастер.2,5 жирн. , 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	7-44
			Сахар-песок, Сухофрукты, Вода		
Итого за Обед					122-55
<u>Полдник-8комплекс (1-4 кл.полный день)</u>					
Удмуртская национальная кухня		70	Калорийность-261, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-31, ВитаминА-69	Сырная палочка	30-23
			Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Вода, Масло сливочное, Масса теста, Сыр голландский		
Сб.рец.2004г.М оска	707	200	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминА-2 600, ВитаминС-8	Сок фруктовый	14-91
Сборник в дошк.орг.по УР	248/2	170/шт.	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-16, ВитаминС-9	Груши	62-28
Итого за Полдник					107-42
Итого за день					328-90
					Калорийность-2 143, Белки-51, Жиры-75, Углеводы-315, ВитаминА-2 882, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-94, ВитаминРР-8

Директор

Чугалев А.Х.

Зав. производством

Саликова Л.А.

Бухгалтер 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)
Обед-1комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	37	100	Калорийность-199, Белки-1, Жиры-20, Углеводы-3, ВитаминС-17 Морковь, Помидоры свежие, Огурцы свежие, Капуста белокоп.свежая, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Зелень п-ф	Салат из сырых овощей	26-10
Сб.рец.2008 Ижевск	75	100	Калорийность-208, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-12, ВитаминА-50, ВитаминС-1, ВитаминРР-3 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	Котлета "Детская"	73-15
Сб.рец.2004г.М осква	515	180	Калорийность-291, Белки-17, Жиры-6, Углеводы-42, ВитаминА-25, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-2 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	15-62
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-33
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	10-00
Итого за Обед					129-20
Обед-2комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2008 Ижевск	60	250/12,5	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминА-40, ВитаминС-17, ВитаминРР-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	28-24
Сб.рец.2008 Ижевск	75	100	Калорийность-208, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-12, ВитаминА-50, ВитаминС-1, ВитаминРР-3 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	Котлета "Детская"	73-15
Сб.рец.2004г.М осква	515	180	Калорийность-291, Белки-17, Жиры-6, Углеводы-42, ВитаминА-25, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-2 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	15-62
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-33
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	10-00
Итого за Обед					131-34
Обед-3комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	37	100	Калорийность-199, Белки-1, Жиры-20, Углеводы-3, ВитаминС-17 Морковь, Помидоры свежие, Огурцы свежие, Капуста белокоп.свежая, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Зелень п-ф	Салат из сырых овощей	26-10
Сб.рец.2008 Ижевск	60	250/12,5	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминА-40, ВитаминС-17, ВитаминРР-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	28-24
Сб.рец.2008 Ижевск	75	100	Калорийность-208, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-12, ВитаминА-50, ВитаминС-1, ВитаминРР-3 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	Котлета "Детская"	73-15
Сб.рец.2004г.М осква	515	180	Калорийность-291, Белки-17, Жиры-6, Углеводы-42, ВитаминА-25, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-2 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	15-62
		50	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	4-33
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	10-00
Итого за Обед					157-44
Завтрак-9комплекс 5кл-11кл					
Сб.рец.2004г.М осква	97	30	Калорийность-113, Белки-7, Жиры-9, ВитаминА-63	Сыр голланд порциями	25-25
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-407, Белки-11, Жиры-14, Углеводы-60, ВитаминА-79, ВитаминС-2, 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,	29-01
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
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	16-79
Итого за Завтрак					77-95

Директор

Чугалева А.Х.

Зав.производством

Захарникова И.Н.

Бухгалтер

Никитина Т.В.

Школа
Гармония

24 января 2025

пятница

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.Москва	37	70	Калорийность-139, Белки-1, Жиры-14, Углеводы-2, ВитаминС-12	Салат из сырых овощей	19-80
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	28-24
Сб.рец.2004г.Москва	515	200	Калорийность-324, Белки-19, Жиры-7, Углеводы-46, ВитаминА-28, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-2	Гороховое пюре	17-36
Сб.рец.2004г.Москва	705	200	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	5-19
Сб.рец.2004г.Москва	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200	Напиток из плодов шиповника	10-00
			Плоды шиповника сук., Сахар-песок, Вода		
Итого за Обед					80-59
			Калорийность-851, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-121, ВитаминА-68, ВитаминВ1-1, ВитаминС-230, ВитаминРР-4		

Директор

Чугалов А.Х.

Зав.производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

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-Льготники (дети ОВЗ 1 корп.)					
Сб.рец.2004г.М осква	302	150/7,5	Калорийность-306, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-45, ВитаминА-59, 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,	21-82
		30	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	Батон	4-14
Сб.рец.2004г.М осква	692	150	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18, ВитаминА-15, ВитаминС-1 Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок	Кофейный напиток с молоком	12-59
Итого за Завтрак			Калорийность-483, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-78, ВитаминА-74, ВитаминС-2, ВитаминРР-1		38-55
Обед-Льготники (дети ОВЗ 1 корп.)					
Сб.рец.2008 Ижевск	60	250/12,5	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминА-40, ВитаминС-17, ВитаминРР-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	28-24
Сб.рец.2008 Ижевск	75	100	Калорийность-208, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-12, ВитаминА-50, ВитаминС-1, ВитаминРР-3 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сахари папиросные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Котлета "Детская"	73-15
Сб.рец.2004г.М осква	515	100	Калорийность-162, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-14, ВитаминРР-1 Горох, Соль поваренная пищевая., Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	8-68
		20	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-10	Хлеб пшеничный	1-73
Сб.рец.2004г.М осква	705	150	Калорийность-102, Белки-1, Углеводы-22, ВитаминС-150 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	7-50
Итого за Обед			Калорийность-634, Белки-35, Жиры-18, Углеводы-81, ВитаминА-104, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-169, ВитаминРР-6		119-30
Итого за день			Калорийность-1117, Белки-48, Жиры-31, Углеводы-159, ВитаминА-178, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-171, ВитаминРР-7		157-85

Директор

Чугалова А.Х.

Зав.производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Никитина Т.В.