

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.2008 Ижевск	77	55	Калорийность-103, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-3, ВитаминА-23, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 <i>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Яйцо, Морковь, Молоко пастер.2.5 жирн. , Сухари панировочные, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Приправы, Масса полуфабриката</i>	Котлета "Здоровье" .	45-30
Сб.рец.2008 Ижевск	92	150	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-32, ВитаминС-26, ВитаминРР-2 <i>Картофель, Молоко пастер.2.5 жирн. , Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</i>	Картофельное пюре .	21-25
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	631	200	Калорийность-115, Углеводы-28, ВитаминС-7 <i>Яблоки, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</i>	Компот из свежих яблок	11-29
Итого за Обед			Калорийность-462, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-73, ВитаминА-54, ВитаминС-33, ВитаминРР-4		81-30
Обед-7комплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2 <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыпленок потр.1 кат.бройл., Сметана , Приправы</i>	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	21-80
Сб.рец.2008 Ижевск	77	55	Калорийность-103, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-3, ВитаминА-23, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 <i>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Яйцо, Морковь, Молоко пастер.2.5 жирн. , Сухари панировочные, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Приправы, Масса полуфабриката</i>	Котлета "Здоровье" .	45-30
Сб.рец.2008 Ижевск	92	150	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-32, ВитаминС-26, ВитаминРР-2 <i>Картофель, Молоко пастер.2.5 жирн. , Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</i>	Картофельное пюре .	21-25
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	631	200	Калорийность-115, Углеводы-28, ВитаминС-7 <i>Яблоки, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</i>	Компот из свежих яблок	11-29
Итого за Обед			Калорийность-645, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-91, ВитаминА-76, ВитаминВ2-1, ВитаминС-51, ВитаминРР-6		103-10



Директор Чугалов А.Х.

Зав.производством

(Handwritten signature)

Салинова 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)
Завтрак-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)					
Сб.рец.2004г.М осква	302	150/7,5	Калорийность-225, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-29, ВитаминА-45, ВитаминС-1 <i>Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Крупа овсяная "геркулес", Вода, Масса каши, Масло сливочное</i>	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	23-95
		40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон	5-52
Сб.рец.2004г.М осква	692	170	Калорийность-112, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-20, ВитаминА-17, ВитаминС-1 <i>Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок</i>	Кофейный напиток с молоком	13-85
Итого за Завтрак					43-32
Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)					
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2 <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыпленок потр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы</i>	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	21-80
Сб.рец.2008 Ижевск	77	55	Калорийность-104, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-3, ВитаминА-23, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 <i>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Яйцо, Морковь, Молоко пастер.2,5 жирн., Сухари панировочные, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Приправы, Масса полуфабриката</i>	Котлета "Здоровье".	45-63
Сб.рец.2008 Ижевск	92	150	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-32, ВитаминС-26, ВитаминРР-2 <i>Картофель, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</i>	Картофельное пюре .	21-25
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	631	150	Калорийность-86, Углеводы-21, ВитаминС-5 <i>Яблоки, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</i>	Компот из свежих яблок	8-46
Итого за Обед					100-60
Итого за день					143-92

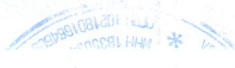


Зав.производством

(Handwritten signature)

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)
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-299, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-38, ВитаминА-60, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	31-83
		50	Молоко пастер.2.5 жирн. . Сахар-песок, Соль поваренная пищевая. Крупа овсяная "геркулес". Вода, Масса каши, Масло сливочное	Батон	6-90
		60/шт.	Калорийность-216, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-44	Пряники глазированные	10-47
Сб.рец.2004г.М осква	692	200	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Кофейный напиток с молоком	16-30
			Кофейный напиток, Молоко пастер.2.5 жирн. . Сахар-песок		
Итого за Завтрак			Калорийность-852, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-132, ВитаминА-122, ВитаминС-3, ВитаминРР-1		82-33
Обед-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2004г.М осква	49	60	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-6, ВитаминА-15, ВитаминС-14	Салат "Осень"	7-10
			Капуста белокоч.свежая, Свекла красная, Морковь, Лимонная кислота, Сахар-песок, Соль поваренная пищевая. Яйцо, Масло растительное, Зелень п-ф		
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	21-80
			Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая. Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплята потр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы		
Сб.рец.2008 Ижевск	77	55	Калорийность-103, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-3, ВитаминА-23, ВитаминС-1, ВитаминРР-2	Комлета "Здоровье"	45-30
			Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Яйцо, Морковь, Молоко пастер.2.5 жирн. . Сахари панировочные, Масло растительное, Соль поваренная пищевая. Приправы, Масса полуфабриката		
Сб.рец.2008 Ижевск	92	150	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-32, ВитаминС-26, ВитаминРР-2	Картофельное пюре	21-25
			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.2004г.М осква	631	200	Калорийность-115, Углеводы-28, ВитаминС-7	Компот из свежих яблок	11-29
			Яблоки, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода		
Итого за Обед			Калорийность-710, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-97, ВитаминА-91, ВитаминВ2-1, ВитаминС-64, ВитаминРР-6		110-20
Полдник-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2004г.М осква	738	75	Калорийность-210, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-31, ВитаминА-14, ВитаминС-7, ВитаминРР-1	Пирожки печеные с мясом и капустой свеж.	22-63
			Сахар-песок, Масло растительное, Мука пшеничная е/с, Яйцо, Соль поваренная пищевая. Дрожжи пресованные, Лук репчатый, Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Капуста белокоч.свежая		
Сб.рец.2004г.М осква	707	200	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминА-2 600, ВитаминС-8	Сок фруктовый	13-69
Сборник в допак.орг.по УР	248/2	155	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15, ВитаминС-8	Груши	56-79
Итого за Полдник			Калорийность-385, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-71, ВитаминА-2 614, ВитаминС-23, ВитаминРР-2		93-11
Итого за день			Калорийность-1 947, Белки-57, Жиры-57, Углеводы-300, ВитаминА-2 826, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-90, ВитаминРР-9		285-64

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.2008 Ижевск	60	250/12,5	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминА-40, ВитаминС-17, ВитаминPP-2	Уха со взбитым яйцом	25-19
<i>Картофель, Лавровый лист сушен., Лук репчатый, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая., Яйцо, Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Вода, Зелень п-ф</i>					
Сб.рец.2004г.М осква	462	100	Калорийность-246, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-13, ВитаминС-3, ВитаминPP-3	Тефтели с рисом	65-06
<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>					
Сб.рец.2008 Ижевск	92	180	Калорийность-185, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26, ВитаминА-38, ВитаминС-31, ВитаминPP-2	Картофельное пюре .	25-55
<i>Картофель, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</i>					
		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	Компот из смеси сухофруктов	7-44
<i>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</i>					
Итого за Обед					127-57
Обед-2комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.Уд муртская кухня	14	100	Калорийность-145, Белки-2, Жиры-13, Углеводы-4, ВитаминА-4, ВитаминС-18, ВитаминPP-1	Салат "Можгинский"	20-23
<i>Морковь, Капуста белокоч.свежая, Огурцы свежие, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Зелень п-ф</i>					
Сб.рец.2004г.М осква	462	100	Калорийность-246, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-13, ВитаминС-3, ВитаминPP-3	Тефтели с рисом	65-06
<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>					
Сб.рец.2008 Ижевск	92	180	Калорийность-185, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26, ВитаминА-38, ВитаминС-31, ВитаминPP-2	Картофельное пюре .	25-55
<i>Картофель, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</i>					
		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	Компот из смеси сухофруктов	7-44
<i>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</i>					
Итого за Обед					122-61
Обед-3комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.Уд муртская кухня	14	100	Калорийность-145, Белки-2, Жиры-13, Углеводы-4, ВитаминА-4, ВитаминС-18, ВитаминPP-1	Салат "Можгинский"	20-23
<i>Морковь, Капуста белокоч.свежая, Огурцы свежие, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Зелень п-ф</i>					
Сб.рец.2008 Ижевск	60	250/12,5	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминА-40, ВитаминС-17, ВитаминPP-2	Уха со взбитым яйцом	25-19
<i>Картофель, Лавровый лист сушен., Лук репчатый, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая., Яйцо, Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Вода, Зелень п-ф</i>					
Сб.рец.2004г.М осква	462	100	Калорийность-246, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-13, ВитаминС-3, ВитаминPP-3	Тефтели с рисом	65-06
<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>					
Сб.рец.2008 Ижевск	92	180	Калорийность-185, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26, ВитаминА-38, ВитаминС-31, ВитаминPP-2	Картофельное пюре .	25-55
<i>Картофель, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</i>					
		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	Компот из смеси сухофруктов	7-44
<i>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</i>					
Итого за Обед					147-80
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-299, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-38, ВитаминА-60, ВитаминС-1, ВитаминPP-1	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	32-06
<i>Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа овсяная "геркулес", 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	15-46
<i>Какао-порошок, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Вода</i>					
Итого за Завтрак					79-67

Директор



Чугаева А.Х.

Зав.производством

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Никитина Т.В.

Школа
Гармония

16 января 2025

четверг

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<i>Обед-Льготники (дети м.д.1 корп.)</i>					
Сб.рец.2004г.Уд муртская кухня	14	90	Калорийность-130, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-4, ВитаминА-4, ВитаминС-16	Салат "Можгинский"	18-21
Сб.рец.2008 Ижевск	60	250/12,5	Морковь, Капуста белокоч.свежая, Огурцы свежие, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Зелень п-ф Калорийность-116, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминА-40, ВитаминС-17, ВитаминРР-2	Уха со взбитым яйцом	25-19
Сб.рец.2008 Ижевск	92	180	Картофель, Лавровый лист сушен., Лук репчатый, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая, Яйцо, Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Вода, Зелень п-ф Калорийность-185, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26, ВитаминА-38, ВитаминС-31, ВитаминРР-2	Картофельное пюре .	25-55
Сб.рец.2008 Ижевск	153	200	Картофель, Молоко пастер.2,5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая. 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	7-44
Итого за Обед Калорийность-688, Белки-16, Жиры-24, Углеводы-103, ВитаминА-81, ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-4					80-72

Директор

Чугалас А.

Зав.производством

Захарикова И.Н.

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)
Завтрак-10комплекс					
Сб.реп.2004г.Москва	302	150/7,5	Калорийность-225, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-29, ВитаминА-45, ВитаминС-1 <i>Молоко пастер. 2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа овсяная "геркулес", Вода, Масса каши, Масло сливочное</i>	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	24-12
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-90
Сб.реп.2008 Ижевск	149	150	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19, ВитаминА-15, ВитаминС-1 <i>Какао-порошок, Молоко пастер. 2,5 жирн., Сахар-песок, Вода</i>	Какао с молоком	11-59
Итого за Завтрак					42-61
Обед-10комплекс					
Сб.реп.2008 Ижевск	60	250/12,5	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминА-40, ВитаминС-17, ВитаминРР-2 <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	25-19
Сб.реп.2004г.Москва	462	90	Калорийность-222, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-12, 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., Масса полуфабриката</i>	Тефтели с рисом	57-52
Сб.реп.2008 Ижевск	92	150	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-32, ВитаминС-26, ВитаминРР-2 <i>Картофель, Молоко пастер. 2,5 жирн., Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.</i>	Картофельное пюре .	21-29
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.реп.2008 Ижевск	153	200	Калорийность-143, Белки-1, Углеводы-35, ВитаминС-1 <i>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода</i>	Компот из смеси сухофруктов	7-44
Итого за Обед					114-90
Итого за день					157-51

Директор



Зав.производством

Handwritten signature

Захарикова И.Н.

Бухгалтер

Handwritten signature

Никитина Т.В.