

четверг

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак-12 комплекс Дсад</b>					
Сб.рец.2011г.(дошкольные организации)	6	10	Калорийность-66, Жиры-7, ВитаминА-40	Масло сливочное ..	5-43
Сб.рец.2011г.(дошкольные организации)	314	150/7,5	Калорийность-225, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-29, ВитаминА-45, ВитаминС-1 Молоко пастер.2.5 жирн. . Сахар-песок. Соль поваренная пищевая. Крупа овсяная "геркулес". Вода. Масса каши. Масло сливочное	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным,	12-04
Сборник в дошк.орг.по УР	317	50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон,	5-26
Сб.рец.2011г.(дошкольные организации)	397	150	Калорийность-121, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21, ВитаминА-17, ВитаминС-1 Какао-порошок. Молоко пастер.2.5 жирн. . Сахар-песок. Вода	Какао с молоком,	7-23
<b>Итого за Завтрак</b>					<b>29-96</b>
<b>Завтрак 2-12 комплекс Дсад</b>					
Сборник в дошк.орг.по УР	309	30/шт.	Калорийность-128, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-3	Печенье сахарное,	4-02
Сб.рец.2004г.Москва	707	150	Калорийность-83, Белки-1, Углеводы-19, ВитаминА-1 950, ВитаминС-6	Сок фруктовый	7-78
<b>Итого за Завтрак 2</b>					<b>11-80</b>
<b>Обед-12 комплекс Дсад</b>					
Сб.рец.2004г.Удмуртская кухня	25	50	Калорийность-87, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-4, ВитаминС-5 Зеленый горошек . Картофель. Морковь. Огурцы консервированные. Соль поваренная пищевая. Масло растительное. Зелень п-ф	Салат "Степной"	5-57
Сб.рец.2011г.(дошкольные организации)	57	200/10/8	Калорийность-127, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-10, ВитаминА-17, ВитаминС-17, ВитаминPP-1 Свекла красная. Капуста белокоп.свежая. Картофель. Морковь. Лук репчатый. Томатная паста . Сахар-песок. Соль поваренная пищевая. Масло растительное. Лимонная кислота. Цыплята попр.1 кат.бройл. . Вода. Сметана	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со смет..	11-74
Сб.рец.2011г.(дошкольные организации)	310	80/5	Калорийность-386, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-3, ВитаминА-95, ВитаминС-3, ВитаминPP-8 Цыплята попр.1 кат.бройл. . Яйцо. Масло растительное. Молоко пастер.2.5 жирн. . Масло сливочное. Мука пшеничная в/с. Приправы. Вода. Соль поваренная пищевая.	Суфле куриное	49-34
Сб.рец.2011г.(дошкольные организации)	166	150	Калорийность-1 455, Белки-33, Жиры-7, Углеводы-332, ВитаминА-20, ВитаминС-1, ВитаминPP-8 Рис пропаренный. Лук репчатый. Морковь. Масло сливочное. Соль поваренная пищевая. . Вода	Рис припущенный с овощами.	7-59
Сборник в дошк.орг.по УР	310	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный,	2-63
Сборник в дошк.орг.по УР	311	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб дарницкий	2-40
Сборник в дошк.орг.по УР	253/2	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминPP-1 Кюраса. Сахар-песок. Лимонная кислота. Вода	Компот из кураги,	5-96
<b>Итого за Обед</b>					<b>85-23</b>
<b>Полдник-12 комплекс Дсад</b>					
Сборник в дошк.орг.по УР	208/1	100	Калорийность-152, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминА-14, ВитаминPP-1 Масло сливочное. Соль поваренная пищевая. Крупа гречневая . Вода	Каша гречневая рассыпчатая..	6-09
Сборник в дошк.орг.по УР	402	30	Калорийность-3, Углеводы-1, ВитаминС-2	Огурцы свежие.	5-71
Сб.рец.2004г.Москва	738	50	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-21, ВитаминА-13, ВитаминС-9 Сахар-песок. Масло растительное. Мука пшеничная в/с. Соль поваренная пищевая. Дрожжи пресованные . Яйцо. Вода. Капуста белокоп.свежая. Масса теста. Масса фарша. Масса полуфабриката	Пирожки печеные с капустой и яйцом	4-33
Сб.рец.2004г.Москва	685	150	Калорийность-45, Углеводы-11 Сахар-песок. Чай каркаде . Вода	Чай каркаде с сахаром	1-91
Сборник в дошк.орг.по УР	248/1	120	Калорийность-56, Углеводы-12, ВитаминС-20	Яблоки.	12-25
<b>Итого за Полдник</b>					<b>30-29</b>
<b>Итого за день</b>					<b>157-28</b>

Зам. директора

Хазыретдинов Д.О.

Зав. производством

Климова Е.А.

Бухгалтер

Никитина Т.В.





четверг

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>Обед-бкомплекс (1-4 кл.)</u>					
Сб.рец.2008 Ижевск	77	55	Калорийность-103, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-3, ВитаминА-23, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 <small>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Яйцо, Морковь, Молоко пастер.2.5 жирн. , Сухари папировочные, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Приправы, Масса полуфабриката</small>	Котлета "Здоровье" .	45-71
Раз-но пр-ам стол.школы Гармония	37	150	Калорийность-353, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-76, ВитаминА-14, ВитаминС-3, ВитаминРР-2 <small>Рис пропаренный, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая., кукуруза консерв., Зеленый горошек , Морковь, Вода</small>	Рис припущенный Мозайка	19-55
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1 <small>Хлеб пшеничный .</small>	Хлеб пшеничный.	3-42
Сб.рец.2004г.М осква	685	200	Калорийность-60, Углеводы-15 <small>Сахар-песок, Чай черный , Вода</small>	Чай с сахаром	3-61
<b>Итого за Обед</b> Калорийность-606, Белки-21, Жиры-9, Углеводы-115, ВитаминА-37, ВитаминС-4, ВитаминРР-4					<b>72-29</b>
<u>Обед-7комплекс (1-4 кл.)</u>					
Сб.рец.2004г.М осква	132	200/10/5	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-14, ВитаминА-17, ВитаминС-13, ВитаминРР-2 <small>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая. , Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплята потр.1 кот.бройл., Сметана, Приправы</small>	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	20-66
Сб.рец.2008 Ижевск	77	55	Калорийность-103, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-3, ВитаминА-23, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 <small>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Яйцо, Морковь, Молоко пастер.2.5 жирн. , Сухари папировочные, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Приправы, Масса полуфабриката</small>	Котлета "Здоровье" .	45-71
Раз-но пр-ам стол.школы Гармония	37	150	Калорийность-353, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-76, ВитаминА-14, ВитаминС-3, ВитаминРР-2 <small>Рис пропаренный, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая., кукуруза консерв., Зеленый горошек , Морковь, Вода</small>	Рис припущенный Мозайка	19-55
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1 <small>Хлеб пшеничный .</small>	Хлеб пшеничный.	3-42
Сб.рец.2004г.М осква		200	Калорийность-60, Углеводы-15 <small>Сахар-песок, Чай черный , Вода</small>	Чай с сахаром	3-61
<b>Итого за Обед</b> Калорийность-750, Белки-26, Жиры-17, Углеводы-129, ВитаминА-54, ВитаминС-17, ВитаминРР-6					<b>92-95</b>

Директор

ШКОЛА  
ГАРМОНИЯ

Менеджер А.Х.

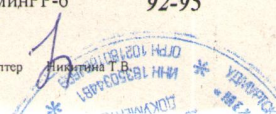
Зав.производством

Казакова Л.В.

Бухгалтер

Литвина Т.В.

ДЛЯ ФИНАНСОВЫХ





## четверг

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак-8комплекс (1-4 кл.полный день)</b>					
Сб.рец.2004г.М осква	97	20	Калорийность-75, Белки-5, Жиры-6, ВитаминА-42	Сыр голланд порциями	17-72
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	25-66
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-84
		50/шт.	Калорийность-213, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-36, ВитаминА-5	Печенье сахарное	8-79
Сб.рец.2004г.М осква	692	200	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Кофейный напиток с молоком	15-82
			Кофейный напиток, Молоко пастер.2.5 жирн., Сахар-песок		
<b>Итого за Завтрак</b>					<b>74-83</b>
<b>Обед-8комплекс (1-4 кл.полный день)</b>					
Сб.рец.2004г.М осква	132	200/10/5	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-14, ВитаминА-17, ВитаминС-13, ВитаминРР-2	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	20-68
			Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыпята 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	Котлета "Здоровье"	45-71
			Мясо говядина полуж.заморож.в блоках для дет.питания, Яйцо, Морковь, Молоко пастер.2.5 жирн., Сухари панировочные, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Приправы, Масса полуфабриката		
Раз-но пр-ам стол.школы Гармония	37	150	Калорийность-353, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-76, ВитаминА-14, ВитаминС-3, ВитаминРР-2	Рис припущенный Мозайка	19-55
			Рис пропаренный, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая, кукуруза консерв., Зеленый горошек, Морковь, Вода		
Сб.рец.2004г.М осква	576	60	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминА-1, ВитаминС-15	Помидоры свежие	25-85
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-42
Сб.рец.2004г.М осква	685	150	Калорийность-45, Углеводы-11	Чай с сахаром	2-71
			Сахар-песок, Чай/черный, Вода		
<b>Итого за Обед</b>					<b>117-92</b>
<b>Полдник-8комплекс (1-4 кл.полный день)</b>					
Сб.рец.2004г.Уд муртская кухня	416	100	Калорийность-309, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-32, ВитаминА-126, ВитаминРР-1	Шаньга с сыром	36-32
			Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло растительное, Яйцо, Соль поваренная пищевая, Дрожжи пресованные, Сыр голландский, Масло сливочное		
Сб.рец.2004г.М осква	686	200	Калорийность-63, Углеводы-15, ВитаминС-4	Чай с сахаром, с лимоном	5-49
			Сахар-песок, Чай черный, Лимон, Вода		
		140/шт.	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14, ВитаминС-23	Яблоки	21-28
<b>Итого за Полдник</b>					<b>63-09</b>
<b>Итого за день</b>					<b>255-84</b>
					ВитаминВ2-1, ВитаминС-62, ВитаминРР-8



Директор

Чугалаев А.Х.

Зав.производством

Казакова Л.В.

Бухгалтер Пижикгина Т.В.



четверг

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)</b>					
Сб.рец.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	19-30
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-84
Сб.рец.2004г.Москва	692	150	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21, ВитаминА-8 <i>Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Вода</i>	Кофейный напиток с молоком.	9-76
<b>Итого за Завтрак</b>					<b>35-90</b>
<b>Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)</b>					
Сб.рец.2004г.Москва	132	200/10/5	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-14, ВитаминА-17, ВитаминС-13, 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	20-68
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 папирусочные, Масло растительное, Приправы, Соль поваренная пищевая, Масса полуфабриката</i>	Котлета "Здоровье"	45-71
Раз-но пр-ам стал.школы Гармония	37	150	Калорийность-353, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-76, ВитаминА-14, ВитаминС-3, ВитаминРР-2 <i>Рис пропаренный, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая, кукуруза консерв., Зеленый горошек, Морковь, Вода</i>	Рис припущенный Мозайка	19-55
		30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-15	Хлеб пшеничный	2-56
Сб.рец.2004г.Москва	685	200	Калорийность-60, Углеводы-15 <i>Сахар-песок, Чай черный, Вода</i>	Чай с сахаром	3-61
<b>Итого за Обед</b>					<b>92-11</b>
<b>Итого за день</b>					<b>128-01</b>



Директор

Чугалева А.Х.

Зав. производством

Казакова Л.В.

Бухгалтер

Никитина Т.В.

