

вторник

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)					
		20	Калорийность-132, Жиры-15, ВитаминА-80	Масло сливочное.	17-40
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-313, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-44, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 Молоко пастер.2.5 жирн. Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Крупа пшено, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	23-67
		50	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Батон	6-87
		30/шт.	Калорийность-128, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-3	Печенье сахарное	5-26
Сб.рец.2008 Ижевск	149	200	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминА-20, ВитаминС-1 Какао-порошок, молоко сухое обезжир., Сахар-песок, Вода	Какао с молоком	9-73
Итого за Завтрак					62-93
Обед-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	135	250/12,5/10	Калорийность-156, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-12, ВитаминА-21, ВитаминС-23, ВитаминРР-2 Капуста белокоч.свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Зеленый горошек, Цыплята потр.1 кат.бройл., Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы	Суп из овощей с мясом птицы со сметаной.	26-01
Сб.рец.2004г.М осква	451	70	Калорийность-142, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-11, ВитаминРР-2 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Сухари папирочные, Соль поваренная пищевая, Вода, Приправы, Масса полуфабриката, Масло растительное	Котлета рубленая,	50-27
Сб.рец.2004г.М осква	515	150	Калорийность-243, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-35, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-2 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	10-29
Сб.рец.2004г.М осква	101	60	Калорийность-7, Углеводы-2, ВитаминС-3	Огурцы консервированные	8-70
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-41
Сб.рец.2004г.М осква	705	160	Калорийность-109, Белки-1, Углеводы-24, ВитаминС-160 Фрукты шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	8-10
Итого за Обед					106-78
Полдник-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2008 Ижевск	741	75	Калорийность-220, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35, ВитаминА-10, ВитаминС-7, ВитаминРР-1 Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло растительное, Яйцо, Соль поваренная пищевая, Дрожжи пресованные, Вода, Масса теста, Картофель, Лук репчатый, Масса фарша, Масса полуфабриката	Ватрушка с картофелем	8-79
Сб.рец.2004г.М осква	685	200	Калорийность-60, Углеводы-15 Сахар-песок, Чай каркаде, Вода	Чай каркаде с сахаром	3-81
Сборник в дошк.орг.по УР	248/2	190/шт.	Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18, ВитаминС-10	Груши	61-53
Итого за Полдник					74-13
Итого за день					243-84
			Калорийность-1955, Белки-60, Жиры-64, Углеводы-288, ВитаминА-215, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-205, ВитаминРР-8		



Зав. производством

Казакова Л.В.

Бухгалтер Никитина Т.В.

вторник

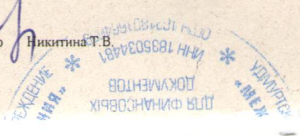
Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)</u>					
Сб.рец.2004г.Москва	302	150/7,5	Калорийность-235, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-33, ВитаминА-45, ВитаминС-1, 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	17-81
		40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон	5-49
Сб.рец.2008 Нижегород	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	11-02
Итого за Завтрак					34-32
<u>Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)</u>					
Сб.рец.2004г.Москва	135	250/12,5/10	Калорийность-156, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-12, ВитаминА-21, ВитаминС-23, ВитаминРР-2 <i>Капуста белокоч.свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Зеленый горошек, Цыпленок потр.1 кат.бройл., Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы</i>	Суп из овощей с мясом птицы со сметаной	26-02
Сб.рец.2004г.Москва	451	65	Калорийность-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминРР-2 <i>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая., Вода, Приправы, Масса полуфабриката, Масло растительное</i>	Комплета рубленая,	46-68
Сб.рец.2004г.Москва	515	150	Калорийность-243, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-35, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-2 <i>Горох, Соль поваренная пищевая., Масло сливочное, Вода</i>	Гороховое пюре	10-29
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-41
Сб.рец.2004г.Москва	705	150	Калорийность-102, Белки-1, Углеводы-22, ВитаминС-150 <i>Фрукты шиповника суш., Сахар-песок, Вода</i>	Напиток из плодов шиповника	7-59
Итого за Обед					93-99
Итого за день					128-31

Директор ШКОЛЫ ГАРМОНИЯ
Чугласов А.Х.

Зав. производством
[Подпись]

Казакова Л.В.

Бухгалтер Никитина Т.В.



вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Завтрак-12 комплекс Дсад					
Сб.рец. 2011г. (до школьные организации)	7	10	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-3, ВитаминА-21	Сыр голланд. порциями.	5-53
Сб.рец. 2011г. (до школьные организации)	314	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,	12-03
Сборник в дошк. орг. по УР	317	40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон,	4-22
Сб.рец. 2011г. (до школьные организации)	395	200	Калорийность-73, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13, ВитаминА-11, ВитаминС-1 <i>Кофейный напиток, Молоко пастер. 2,5 жирн., Сахар-песок, Вода</i>	Кофейный напиток с молоком,	8-89
Итого за Завтрак					30-67
Завтрак 2-12 комплекс Дсад					
		30 лит.	Калорийность-128, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-3	Печенье сахарное	4-04
Сб.рец. 2004г. Москва	685	180	Калорийность-54, Углеводы-13 <i>Сахар-песок, Чай каркаде, Вода</i>	Чай каркаде с сахаром	2-24
Итого за Завтрак 2					6-28
Обед-12 комплекс Дсад					
Сб.рец. 2008 Ижевск	17	40	Калорийность-34, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминС-10 <i>Капуста квашеная, Лук зеленый, Сахар-песок, Масло растительное, Зелень п-ф</i>	Салат из квашеной капусты	5-37
Сб.рец. 2011г. (до школьные организации)	82	250/12,5	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминА-6, ВитаминС-17, ВитаминРР-2 <i>Картофель, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Макароны вермишель, Морковь, Лук репчатый, Вода, Цыпленок потр. 1 кат. бройл.</i>	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы,	14-45
Сб.рец. 2011г. (до школьные организации)	249	80	Калорийность-157, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-3, ВитаминА-83, ВитаминС-1, ВитаминРР-3 <i>Горбуша потр. обезглавлен. морожен., Мука пшеничная в/с, Масло сливочное, Яйцо, Молоко пастер. 2,5 жирн., Приправы, Соль поваренная пищевая, Масса припущенной рыбы</i>	Рыба, запеченная в омлете	35-79
Сборник в дошк. орг. по УР	213	150	Калорийность-185, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-21, ВитаминС-39, ВитаминРР-3 <i>Картофель, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное</i>	Картофель отварной заправленный	18-35
Сборник в дошк. орг. по УР	310	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный,	2-62
Сборник в дошк. орг. по УР	311	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб дарницкий	2-39
Сборник в дошк. орг. по УР	233/2	200	Калорийность-166, Белки-2, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <i>Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода</i>	Компот из кураги,	6-44
Итого за Обед					85-41
Полдник-12 комплекс Дсад					
Сборник в дошк. орг. по УР	200/2	150	Калорийность-356, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-26, ВитаминА-36, ВитаминС-5, ВитаминРР-6 <i>Цыпленок потр. 1 кат. бройл., Масло растительное, Морковь, Лук репчатый, Рис пропаренный, Томатная паста, Приправы, Соль поваренная пищевая.</i>	Плов из птицы,	42-00
Сборник в дошк. орг. по УР	310	20	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-10	Хлеб пшеничный,	1-31
Сборник в дошк. орг. по УР	267	180	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-180 <i>Фрукты шиповника сух., Сахар-песок, Вода</i>	Напиток из плодов шиповника.	4-89
Сборник в дошк. орг. по УР	248/2	70	Калорийность-29, Углеводы-7, ВитаминС-4	Груши	13-88
Итого за Полдник					62-08
Итого за день					184-44

Зам. директора

Ходырева Н.С.

Зав. производством

С.И.

Климова Е.А.

Бухгалтер

Н. Никитина Т.В.



вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>Обед-6комплекс (1-4 кл.)</u>					
Сб.рец.2004г.Москва	451	70	Калорийность-142, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-11, ВитаминPP-2 <i>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Вода, Приправы, Масса полуфабриката, Масло растительное</i>	Котлета рубленая ,	50-27
Сб.рец.2004г.Москва	515	150	Калорийность-243, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-35, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1, ВитаминPP-2 <i>Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода</i>	Гороховое пюре	10-29
Сб.рец.2004г.Москва	705	160	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1 <i>Калорийность-109, Белки-1, Углеводы-24, ВитаминС-160</i> <i>Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода</i>	Хлеб пшеничный. Напиток из плодов шиповника	3-41 8-10
Итого за Обед					72-07
<u>Обед-7комплекс (1-4 кл.)</u>					
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	135	250/12,5/10	Калорийность-156, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-12, ВитаминА-21, ВитаминС-23, ВитаминPP-2 <i>Капуста белокопч.свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Зеленый горошек, Цыплята потр.1 кат.бройл., Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы</i>	Суп из овощей с мясом птицы со сметаной.	26-02
Сб.рец.2004г.Москва	451	70	Калорийность-142, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-11, ВитаминPP-2 <i>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Вода, Приправы, Масса полуфабриката, Масло растительное</i>	Котлета рубленая ,	50-27
Сб.рец.2004г.Москва	515	150	Калорийность-243, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-35, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1, ВитаминPP-2 <i>Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода</i>	Гороховое пюре	10-29
Сб.рец.2004г.Москва	705	160	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1 <i>Калорийность-109, Белки-1, Углеводы-24, ВитаминС-160</i> <i>Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода</i>	Хлеб пшеничный. Напиток из плодов шиповника	3-41 8-10
Итого за Обед					98-09



Директор

М.П.

Чугалава А.

Зав. производством

[Handwritten signature]

Казанова Л.В.

Бухгалтер

[Handwritten signature]
Исагитина Т.В.

