

Питание от 12 и старше

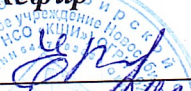
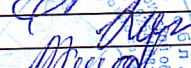
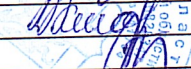
Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
Завтрак						
2.78	6.51	17.33	139	.045	Бутерброд с маслом	20-82
3.16	3.26	15.3	103	.250	Напиток кофейный на молоке	15-87
4.18	0.44	27.06	129	.055	Хлеб пшеничный	3-85
30.84	24.49	70.06	641	.200	Пудинг творожный запеченный	70-35
41	35	130	1012			110-89

				<u>Обед</u>		
1.58	7.08	7.35	100	.100	Салат из капусты белокочанной и свеклы	7-37
6	9.36	20.18	190	.250	Рассольник домашний	45-96
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
18.62	21.71	13.92	689	.120	Котлета домашняя	76-72
0.8	0	31.96	131	.200	Напиток из плодов шиповника	4-46
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
1.74	3.16	2.9	54	.050	Соус молочный	6-30
52	50	202	1837			172-69

				<u>Полдник</u>		
10.56	16.55	32.25	322	.100	Колбасные изделия, запеченные в тесте	30-89
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
11	17	37	344			44-93

					<u>Ужин</u>	
6.13	7.83	23.22	187	.250	Суп молочный с рисом	23-46
0.12	0.04	19.9	82	.200	Кисель из плодов или ягод свежих	12-80
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
15	9	95	520			47-06

					<u>Ужин поздний</u>		
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17	
6	2	23	140			24-17	

И.о.директора  Кравченко Е.В.
 Медсестра  Нагибина О.Г.
 Калькулятор  Кисаретова ЛМ
 Повар  Алфёрова ТИ

Питание от 12 и старше "сирота"

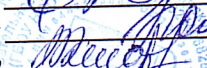
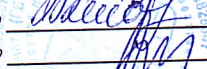
Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
2.78	6.51	17.33	139	.045	Бутерброд с маслом	20-82
3.16	3.26	15.3	103	.250	Напиток кофейный на молоке	15-87
4.18	0.44	27.06	129	.055	Хлеб пшеничный	3-85
30.84	24.49	70.06	641	.200	Пудинг творожный запеченный	75-56
41	35	130	1012			116-10

Обед						
1.58	7.08	7.35	100	.100	Салат из капусты белокочанной и свеклы	7-37
6	9.36	20.18	190	.250	Рассольник домашний	45-96
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
18.62	21.71	13.92	689	.120	Котлета домашняя	76-72
0.8	0	31.96	131	.200	Напиток из плодов шиповника	4-46
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
1.74	3.16	2.9	54	.050	Соус молочный	6-30
52	50	202	1837			172-69

Полдник						
10.56	16.55	32.25	322	.100	Колбасные изделия, запеченные в тесте	30-89
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
11	17	37	344			44-93

Ужин						
6.13	7.83	23.22	187	.250	Суп молочный с рисом	23-46
0.12	0.04	19.9	82	.200	Кисель из плодов или ягод свежих	12-80
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
15	9	95	520			47-06

Ужин поздний						
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	23	140			24-17

И.о.директора  Кравченко Е.В.
 Медсестра  Нагибина О.Г.
 Калькулятор  Кисаретова ЛМ
 Повар  Алфёрова ТИ

Питание от 12 и ст. пр. школьники

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
Завтрак						
2.78	6.51	17.33	139	.045	Бутерброд с маслом	20-82
3.16	3.26	15.3	103	.250	Напиток кофейный на молоке	15-87
4.18	0.44	27.06	129	.055	Хлеб пшеничный	3-85
30.84	24.49	70.06	641	.200	Пудинг творожный запеченный	70-35
41	35	130	1012			110-89

Обед						
1.58	7.08	7.35	100	.100	Салат из капусты белокочанной и свеклы	7-37
6	9.36	20.18	190	.250	Рассольник домашний	41-91
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
18.62	21.71	13.92	689	.120	Котлета домашняя	76-72
0.8	0	31.96	131	.200	Напиток из плодов шиповника	4-46
3.6	0.6	24	116	.060	Хлеб ржаной	6-60
8	1	46	225	.100	Хлеб пшеничный	7=
1.74	3.16	2.9	54	.050	Соус молочный	6-30
52	50	202	1837			168-64

И.о. директора

Кравченко Е.В.

Медсестра

Магилкина О.Г.

Калькулятор

Кисаретова ЛМ

Повар

Алферова ТН

Питание 7-11 лет прожив.

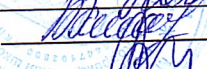
Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
Завтрак						
2.78	6.51	17.33	139.26	.045	Бутерброд с маслом	20-82
3.16	3.26	15.3	103.88	.250	Напиток кофейный на молоке	15-87
4.18	0.44	27.06	129.25	.055	Хлеб пшеничный	3-85
18.02	15.3	36.93	423.35	.150	Пудинг творожный запеченный	54-72
28.14	25.51	96.62	795.74			95-26

Обед						
1.46	1.76	5.48	61.5	.060	Салат из капусты белокочанной и свеклы	4-42
4.85	5.96	15.13	134.27	.230	Рассольник домашний	34-79
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28
13.59	18.45	0.16	222.19	.100	Котлета домашняя	63-93
0.8	0	31.96	131	.200	Напиток из плодов шиповника	4-46
2.64	0.48	13.36	69.6	.040	Хлеб ржаной	4-40
4.18	0.44	27.06	129.25	.050	Хлеб пшеничный	3-50
1.74	3.16	2.9	54.49	.050	Соус молочный	3-31
40.66	37.65	151.25	1134.3			137-09

Полдник						
10.56	16.55	32.25	322	.100	Колбасные изделия, запеченные в тесте	30-89
0.2	0	5.08	22	.200	Сок	14-04
11	17	37	344			44-93

Ужин						
2.22	2.76	16.02	98	.230	Суп молочный с рисом	21-58
0.12	0.04	19.9	82	.200	Кисель из плодов или ягод свежих	12-80
4.8	0.6	27.6	135	.060	Хлеб пшеничный	4-20
2.64	0.48	13.36	69	.040	Хлеб ржаной	4-40
10	4	77	384			42-98

Ужин поздний						
6	2	22.97	140	.200	Кефир	24-17
6	2	-23	140			24-17

И.о. директора  Кравченко Е.В.
 Медсестра  Нагибина О.Г.
 Калькулятор  Кисаретова ИМ
 Повар  Алфёрова ТИ

Питание 7-11 лет пр.школьники

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
2.78	6.51	17.33	139.26	.045	Бутерброд с маслом	20-82
3.16	3.26	15.3	103.88	.250	Напиток кофейный на молоке	15-87
4.18	0.44	27.06	129.25	.055	Хлеб пшеничный	3-85
18.02	15.3	36.93	423.35	.150	Пудинг творожный запеченный	54-72
28.14	25.51	96.62	795.74			95-26

Обед							
1.46	1.76	5.48	61.5	.060	Салат из капусты белокочанной и свеклы	4-42	
4.85	5.96	15.13	134.27	.230	Рассольник домашний	34-79	
11.4	7.4	55.2	332	.200	Каша гречневая рассыпчатая	18-28	
13.59	18.45	0.16	222.19	.100	Котлета домашняя	63-93	
0.8	0	31.96	131	.200	Напиток из плодов шиповника	4-46	
2.64	0.48	13.36	69.6	.040	Хлеб ржаной	4-40	
4.18	0.44	27.06	129.25	.050	Хлеб пшеничный	3-50	
1.74	3.16	2.9	54.49	.050	Соус молочный	3-31	
40.66	37.65	151.25	1134.3			137-09	

И.о.директора

Кравченко Е.В.

Медсестра

Нагибина О.Г.

Калькулятор

Кисаретова ЛМ

Повар

Алфёрова ТИ

Питание 3-7 лет пр.д/сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
Завтрак						
2.45	3.92	13.87	100	.035	Бутерброд с маслом	8-34
0.58	0.36	9.08	42	.160	Напиток кофейный на молоке	10-16
12.88	10.47	32.51	282	.080	Пудинг творожный запеченный	30-22
16	15	55	424			48-72

Обед						
0.47	2.13	2.2	30	.030	Салат из капусты белокачанной и свеклы	2-21
3.63	5.3	12.11	111	.150	Рассольник домашний	22-72
8.76	7.17	39.28	258	.150	Каша гречневая рассыпчатая	13-71
9.32	10.91	6.95	345	.060	Котлета домашняя	38-42
0.54	0.22	23.7	109	.160	Напиток из плодов шиповника	3-57
1.5	0.25	10	48	.025	Хлеб ржаной	2-75
2.4	0.3	13.8	67	.030	Хлеб пшеничный	2-10
0.6	1.86	2.15	28	.030	Соус молочный	1-97
27	28	110	996			87-45

Полдник						
10.56	16.55	32.25	322	.100	Колбасные изделия, запеченные в тесте	30-89
0.07	0.01	1.12	4	.100	Сок	7-02
11	17	33	326			37-91

Ужин						
1.56	2	12.24	73	.180	Суп молочный с рисом	16-89
0.17	0.06	22.77	94	.160	Кисель из плодов или ягод свежих	10-24
1.6	0.2	9.2	45	.020	Хлеб пшеничный	1-40
1.2	0.2	8	39	.020	Хлеб ржаной	2-20
5	2	52	251			30-73

И.о.директора _____ Кравченко Е.В.
 Медсестра _____ Нагибина О.Г.
 Калькулятор _____ Кисаретова ЛМ
 Повар _____ Алфёрова ТИ