

# Категория "Многодетные от 11 лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
15	<b>Помидор в нарезке б/пл</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	<b>3-05</b>
150/75	<b>Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф</b>	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	<b>74-15</b>
200	<b>Напиток из шиповника б/пл</b>	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	<b>6-69</b>
30	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-71</b>
30	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-40</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-598, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-61	<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-598, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-61	<b>88-00</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



## Категория "ОВЗ и инв. от 12лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф</b>	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	<b>17-07</b>
250	<b>Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	<b>14-19</b>
180/90	<b>Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф</b>	Калорийность-529, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-27	<b>89-01</b>
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>7-29</b>
35	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	<b>2-00</b>
35	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	<b>2-80</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-938, Белки-51, Жиры-48, Углеводы-88	<b>132-36</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
220	<b>Банан овз</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	<b>27-50</b>
180	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	<b>16-14</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-331, Белки-4, Углеводы-79	<b>43-64</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 269, Белки-55, Жиры-48, Углеводы-167	<b>176-00</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

# Категория "Многодетные от 11 лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
15	<b>Помидор в нарезке б/пл</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	<b>3-05</b>
150/75	<b>Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф</b>	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	<b>74-15</b>
200	<b>Напиток из шиповника б/пл</b>	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	<b>6-69</b>
30	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-71</b>
30	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-40</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>88-00</b>

Директор

  
Потеряева Л.В.

Шеф-повар

  
Шаланова Е.Е.

Калькулятор

  
Брованова Н.В.