

# Категория "Многодетные от 11 лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
15	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-35
150/75	Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	74-17
180	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-02
28	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-81
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-65
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-588, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-59	<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-588, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-59	<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>Обед</b>			
100	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф</b>	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	<b>18-39</b>
250	<b>Суп гороховый на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	<b>13-96</b>
180/90	<b>Картофельная запеканка с говядиной овз п/ф</b>	Калорийность-529, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-27	<b>89-02</b>
200	<b>Компот из клубники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>4-77</b>
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-96</b>
35	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	<b>3-09</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-926, Белки-50, Жиры-48, Углеводы-86	<b>131-19</b>
<b>Полдник</b>			
220	<b>Банан овз</b>	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	<b>28-67</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>44-81</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 257, Белки-54, Жиры-48, Углеводы-165	<b>176-00</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



*[Handwritten signature]*

*[Handwritten signature]*

# 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	3-31
150/75	<b>Картофельная запеканка с говядиной б/пл п/ф</b>	Калорийность-401, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-18	74-17
180	<b>Напиток из шиповника б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-02
29	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-88
30	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-62
<b>Итого за Завтрак (1 смена)</b>		Калорийность-590, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-59	<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-590, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-59	<b>88-00</b>

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.