

# Категория "1-4 классы" 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>                          |   |   |                         |
| 22,5  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке н/шк</b>                                    | Калорийность-82, Белки-5, Жиры-7  | <b>14-71</b>            |
| 80/40   | <b>Гуляш из свинины н/шк п/ф</b>  | Калорийность-188, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-5                             | <b>39-01</b>            |
| 150   | <b>Каша гречневая рассыпчатая н/шк</b>                                      | Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36                              | <b>11-70</b>            |
| 200   | <b>Чай с лимоном и сахаром н/шк</b>   | Калорийность-28, Углеводы-7   | <b>2-56</b>             |
| 31  | <b>Хлеб пшеничный н/шк</b>  | Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15                                       | <b>2-02</b>             |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>                 |   |   | <b>70-00</b>            |
| <b>Обед ( 2 смена )</b>                             |   |   |                         |
| 10  | <b>Горошек зеленый н/шк</b>   | Калорийность-4, Углеводы-1  | <b>2-51</b>             |
| 200   | <b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне н/шк п/ф</b> | Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10                              | <b>15-74</b>            |
| 150   | <b>Плов из отварной говядины н/шк п/ф</b>                                   | Калорийность-261, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-29                            | <b>42-26</b>            |
| 200   | <b>Компот из брусники н/шк</b>  | Калорийность-33, Углеводы-8   | <b>6-91</b>             |
| 40  | <b>Хлеб пшеничный н/шк</b>  | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20                                       | <b>2-58</b>             |
| <b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>                    |   |   | <b>70-00</b>            |
| <b>Итого за день</b>                                |   |   | <b>140-00</b>           |
| Калорийность-1 107, Белки-50, Жиры-41, Углеводы-131 |   |   |                         |

Директор



Шеф-повар

*[Signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Signature]*

Брованова Н.В.

# 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><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>   |   |   |                         |
| 25                                  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>                                    | Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7  | <b>15-99</b>            |
| 100/50                              | <b>Гуляш из свинины б/пл п/ф</b>  | Калорийность-235, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-7                             | <b>48-76</b>            |
| 200                                 | <b>Каша гречневая рассыпчатая б/пл</b>                                      | Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48                             | <b>15-59</b>            |
| 200                                 | <b>Чай с лимоном и сахаром б/пл</b>   | Калорийность-28, Углеводы-7   | <b>2-56</b>             |
| 37,5                                | <b>Хлеб пшеничный б/пл</b>  | Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19                                       | <b>2-44</b>             |
| 30                                  | <b>Хлеб бородинский б/пл</b>  | Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12                                       | <b>2-66</b>             |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |   | Калорийность-813, Белки-43, Жиры-29, Углеводы-93                            | <b>88-00</b>            |
| <b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>      |   |   |                         |
| 100                                 | <b>Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф</b>                                 | Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7                              | <b>10-78</b>            |
| 250                                 | <b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф</b> | Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13                              | <b>19-67</b>            |
| 160                                 | <b>Плов из отварной говядины б/пл п/ф</b>                                   | Калорийность-279, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-31                            | <b>45-07</b>            |
| 200                                 | <b>Компот из брусники б/пл</b>  | Калорийность-33, Углеводы-8   | <b>6-91</b>             |
| 45                                  | <b>Хлеб пшеничный б/пл</b>  | Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22                                      | <b>2-91</b>             |
| 30                                  | <b>Хлеб бородинский б/пл</b>  | Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12                                       | <b>2-66</b>             |
| <b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>    |   | Калорийность-738, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-93                            | <b>88-00</b>            |
| <b>Итого за день</b>                |   | Калорийность-1 551, Белки-67, Жиры-58, Углеводы-186                         | <b>176-00</b>           |

Директор



Погеряева И.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

# Категория "Многодетные 7-11лет" Сов.63

| Выход (г)                           | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------------------|---|---|-------------------------|
| <b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>   |   |   |                         |
| 25                                  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>                                    | Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7  | <b>15-99</b>            |
| 100/50                              | <b>Гуляш из свинины б/пл п/ф</b>  | Калорийность-235, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-7                             | <b>48-76</b>            |
| 150                                 | <b>Каша гречневая рассыпчатая б/пл</b>                                      | Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36                              | <b>11-70</b>            |
| 200                                 | <b>Чай с лимоном и сахаром б/пл</b>   | Калорийность-28, Углеводы-7   | <b>2-56</b>             |
| 51                                  | <b>Хлеб пшеничный б/пл</b>  | Калорийность-120, Белки-4, Углеводы-25                                      | <b>3-33</b>             |
| 30                                  | <b>Хлеб бородинский б/пл</b>  | Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12                                       | <b>2-66</b>             |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |   | Калорийность-766, Белки-41, Жиры-27, Углеводы-87                            | <b>85-00</b>            |
| <b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>      |   |   |                         |
| 60                                  | <b>Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф</b>                                 | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4                                | <b>6-47</b>             |
| 250                                 | <b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф</b> | Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13                              | <b>19-67</b>            |
| 160                                 | <b>Плов из отварной говядины б/пл п/ф</b>                                   | Калорийность-279, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-31                            | <b>45-07</b>            |
| 200                                 | <b>Компот из брусники б/пл</b>  | Калорийность-33, Углеводы-8   | <b>6-91</b>             |
| 51                                  | <b>Хлеб пшеничный б/пл</b>  | Калорийность-120, Белки-4, Углеводы-25                                      | <b>3-33</b>             |
| 40                                  | <b>Хлеб бородинский б/пл</b>  | Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16                               | <b>3-55</b>             |
| <b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>    |   | Калорийность-723, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-97                            | <b>85-00</b>            |
| <b>Итого за день</b>                |   | Калорийность-1 489, Белки-67, Жиры-53, Углеводы-184                         | <b>170-00</b>           |

Директор



Потеряева Т.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

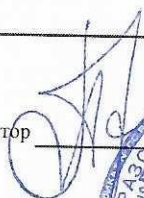
Калькулятор

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 моркови с яблоками овз п/ф</b>                                 | Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7                              | 10-78                   |
| 250                     | <b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b> | Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13                              | 19-68                   |
| 100/50                  | <b>Гуляш из свинины овз п/ф</b>  | Калорийность-235, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-7                             | 48-76                   |
| 200                     | <b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>                                      | Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48                             | 15-60                   |
| 200                     | <b>Компот из брусники овз</b>  | Калорийность-33, Углеводы-8   | 6-91                    |
| 39                      | <b>Хлеб пшеничный овз</b>  | Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19                                       | 2-52                    |
| 30                      | <b>Хлеб бородинский овз</b>  | Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12                                       | 2-66                    |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | Калорийность-992, Белки-44, Жиры-39, Углеводы-114                           | <b>106-91</b>           |
| <b>Полдник</b>          |  |   |                         |
| 100                     | <b>Запеканка из творога овз</b>  | Калорийность-202, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-15                             | 38-95                   |
| 180                     | <b>Кефир 2,5% овз</b>  | Калорийность-90, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-7                                | 14-99                   |
| 45                      | <b>Молоко сгущенное с сахаром овз</b>                                      | Калорийность-147, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25                              | 15-15                   |
| <b>Итого за Полдник</b> |  | Калорийность-439, Белки-28, Жиры-16, Углеводы-47                            | <b>69-09</b>            |
| <b>Итого за день</b>    |  | Калорийность-1 431, Белки-72, Жиры-55, Углеводы-161                         | <b>176-00</b>           |

Директор




Директор

Шеф-повар



Котомчина Т.А.

Калькулятор



Бронова Н.В.

# Категория "ОВЗ и инв. 7-11лет" Сов.63

| Выход (г)               | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <b>Обед</b>             |  |   |                         |
| 60                      | <b>Салат из моркови с яблоками овз п/ф</b>                                 | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4                                | 6-47                    |
| 200                     | <b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b> | Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10                              | 15-74                   |
| 80/40                   | <b>Гуляш из свинины овз п/ф</b>  | Калорийность-188, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-5                             | 39-01                   |
| 150                     | <b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>                                      | Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36                              | 11-70                   |
| 200                     | <b>Компот из брусники овз</b>  | Калорийность-33, Углеводы-8   | 6-91                    |
| 39                      | <b>Хлеб пшеничный овз</b>  | Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19                                       | 2-53                    |
| 40                      | <b>Хлеб бородинский овз</b>  | Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16                               | 3-55                    |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | Калорийность-809, Белки-36, Жиры-30, Углеводы-98                            | <b>85-91</b>            |
| <b>Полдник</b>          |  |   |                         |
| 100                     | <b>Запеканка из творога овз</b>  | Калорийность-202, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-15                             | 38-95                   |
| 180                     | <b>Кефир 2,5% овз</b>  | Калорийность-90, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-7                                | 14-99                   |
| 45                      | <b>Молоко сгущенное с сахаром овз</b>                                      | Калорийность-147, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25                              | 15-15                   |
| <b>Итого за Полдник</b> |  | Калорийность-439, Белки-28, Жиры-16, Углеводы-47                            | <b>69-09</b>            |
| <b>Итого за день</b>    |  | Калорийность-1 248, Белки-64, Жиры-46, Углеводы-145                         | <b>155-00</b>           |

Директор



Модеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

# Категория "ОВЗ и инв. 1-4класс" Сов.63

| Выход (г)               | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>Обед</u>             |  |   |                         |
| 60                      | <b>Салат из моркови с яблоками овз п/ф</b>                                 | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4                                | <b>6-47</b>             |
| 200                     | <b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b> | Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10                              | <b>15-74</b>            |
| 80/40                   | <b>Гуляш из свинины овз п/ф</b>  | Калорийность-188, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-5                             | <b>39-01</b>            |
| 180                     | <b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>                                      | Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43                             | <b>14-04</b>            |
| 200                     | <b>Компот из брусники овз</b>  | Калорийность-33, Углеводы-8   | <b>6-91</b>             |
| 57                      | <b>Хлеб пшеничный овз</b>  | Калорийность-134, Белки-4, Углеводы-28                                      | <b>3-69</b>             |
| 40                      | <b>Хлеб бородинский овз</b>  | Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16                               | <b>3-55</b>             |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | Калорийность-898, Белки-39, Жиры-32, Углеводы-114                           | <b>89-41</b>            |
| <u>Полдник</u>          |  |   |                         |
| 100                     | <b>Запеканка из творога овз</b>  | Калорийность-202, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-15                             | <b>38-95</b>            |
| 180                     | <b>Кефир 2,5% овз</b>  | Калорийность-90, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-7                                | <b>14-99</b>            |
| 45                      | <b>Молоко сгущенное с сахаром овз</b>                                      | Калорийность-147, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25                              | <b>15-15</b>            |
| <b>Итого за Полдник</b> |  | Калорийность-439, Белки-28, Жиры-16, Углеводы-47                            | <b>69-09</b>            |
| <b>Итого за день</b>    |  | Калорийность-1 337, Белки-67, Жиры-48, Углеводы-161                         | <b>158-50</b>           |

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

## Категория "1-4 классы" Чапл.59

| Выход (г)   | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|---|---|---|-------------------------|
| <b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>                   |   |   |                         |
| 22,5  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке н/шк</b>                                    | Калорийность-82, Белки-5, Жиры-7  | <b>14-71</b>            |
| 80/40   | <b>Гуляш из свинины н/шк п/ф</b>  | Калорийность-188, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-5                             | <b>39-01</b>            |
| 150   | <b>Каша гречневая рассыпчатая н/шк</b>                                      | Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36                              | <b>11-69</b>            |
| 200   | <b>Чай с лимоном и сахаром н/шк</b>   | Калорийность-28, Углеводы-7   | <b>2-56</b>             |
| 31  | <b>Хлеб пшеничный н/шк</b>  | Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15                                       | <b>2-03</b>             |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>                 |   |   | <b>70-00</b>            |
| <b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>                      |   |   |                         |
| 10  | <b>Горошек зеленый н/шк</b>   | Калорийность-4, Углеводы-1  | <b>2-51</b>             |
| 200   | <b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне н/шк п/ф</b> | Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10                              | <b>15-74</b>            |
| 150   | <b>Плов из отварной говядины н/шк п/ф</b>                                   | Калорийность-261, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-29                            | <b>42-26</b>            |
| 200   | <b>Компот из брусники н/шк</b>  | Калорийность-33, Углеводы-8   | <b>6-91</b>             |
| 40  | <b>Хлеб пшеничный н/шк</b>  | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20                                       | <b>2-58</b>             |
| <b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>                    |   |   | <b>70-00</b>            |
| <b>Итого за день</b>                                |   |   | <b>140-00</b>           |
| Калорийность-1 107, Белки-50, Жиры-41, Углеводы-131 |   |   |                         |

Директор



Потряева Л.В.

Шеф-повар

*[Handwritten signature]*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

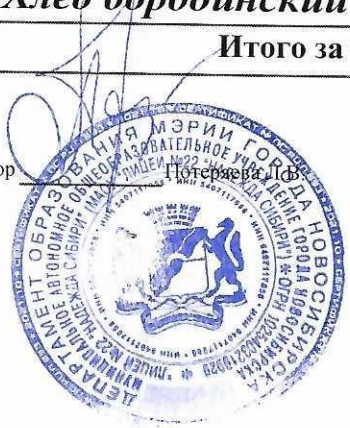
*[Handwritten signature]*

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><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>   |   |   |                         |
| 25                                  | <b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>                                    | Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7  | <b>15-99</b>            |
| 100/50                              | <b>Гуляш из свинины б/пл п/ф</b>  | Калорийность-235, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-7                             | <b>48-76</b>            |
| 200                                 | <b>Каша гречневая рассыпчатая б/пл</b>                                      | Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48                             | <b>15-59</b>            |
| 200                                 | <b>Чай с лимоном и сахаром б/пл</b>   | Калорийность-28, Углеводы-7   | <b>2-56</b>             |
| 37,5                                | <b>Хлеб пшеничный б/пл</b>  | Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19                                       | <b>2-44</b>             |
| 30                                  | <b>Хлеб бородинский б/пл</b>  | Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12                                       | <b>2-66</b>             |
| <b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b> |   | Калорийность-813, Белки-43, Жиры-29, Углеводы-93                            | <b>88-00</b>            |
| <b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>      |   |   |                         |
| 100                                 | <b>Салат из моркови с яблоками б/пл п/ф</b>                                 | Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7                              | <b>10-78</b>            |
| 250                                 | <b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне б/пл п/ф</b> | Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13                              | <b>19-67</b>            |
| 160                                 | <b>Плов из отварной говядины б/пл п/ф</b>                                   | Калорийность-279, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-31                            | <b>45-07</b>            |
| 200                                 | <b>Компот из брусники б/пл</b>  | Калорийность-33, Углеводы-8   | <b>6-91</b>             |
| 45                                  | <b>Хлеб пшеничный б/пл</b>  | Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22                                      | <b>2-91</b>             |
| 30                                  | <b>Хлеб бородинский б/пл</b>  | Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12                                       | <b>2-66</b>             |
| <b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>    |   | Калорийность-738, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-93                            | <b>88-00</b>            |
| <b>Итого за день</b>                |   | Калорийность-1 551, Белки-67, Жиры-58, Углеводы-186                         | <b>176-00</b>           |

Директор



Потерява И.Ф.

Шеф-повар

*[Handwritten signature]*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*[Handwritten signature]*

Брованова Н.В.



# Категория "ОВЗ и инв. от 12лет" Чапл.59

| Выход (г)               | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>Обед</u>             |  |   |                         |
| 100                     | <b>Салат из моркови с яблоками овз п/ф</b>                                 | Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7                              | 10-78                   |
| 250                     | <b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b> | Калорийность-138, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-13                              | 19-68                   |
| 100/50                  | <b>Гуляш из свинины овз п/ф</b>  | Калорийность-235, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-7                             | 48-76                   |
| 200                     | <b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>                                      | Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48                             | 15-59                   |
| 200                     | <b>Компот из брусники овз</b>  | Калорийность-33, Углеводы-8   | 6-91                    |
| 39                      | <b>Хлеб пшеничный овз</b>  | Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19                                       | 2-53                    |
| 30                      | <b>Хлеб бородинский овз</b>  | Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12                                       | 2-66                    |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | Калорийность-992, Белки-44, Жиры-39, Углеводы-114                           | <b>106-91</b>           |
| <u>Полдник</u>          |  |   |                         |
| 100                     | <b>Запеканка из творога овз</b>  | Калорийность-202, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-15                             | 38-95                   |
| 180                     | <b>Кефир 2,5% овз</b>  | Калорийность-90, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-7                                | 14-99                   |
| 45                      | <b>Молоко сгущенное с сахаром овз</b>                                      | Калорийность-147, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25                              | 15-15                   |
| <b>Итого за Полдник</b> |  | Калорийность-439, Белки-28, Жиры-16, Углеводы-47                            | <b>69-09</b>            |
| <b>Итого за день</b>    |  | Калорийность-1 431, Белки-72, Жиры-55, Углеводы-161                         | <b>176-00</b>           |

Директор

Потеряева Н.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

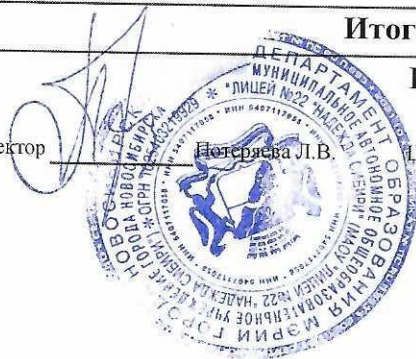
Брованова Н.В.



# Категория "ОВЗ и инв. 1-4класс" Чапл.59

| Выход (г)               | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <b>Обед</b>             |  |   |                         |
| 60                      | <b>Салат из моркови с яблоками овз п/ф</b>                                 | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4                                | <b>6-47</b>             |
| 200                     | <b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне овз п/ф</b> | Калорийность-110, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10                              | <b>15-74</b>            |
| 80/40                   | <b>Гуляш из свинины овз п/ф</b>  | Калорийность-188, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-5                             | <b>39-01</b>            |
| 180                     | <b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>                                      | Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43                             | <b>14-03</b>            |
| 200                     | <b>Компот из брусники овз</b>  | Калорийность-33, Углеводы-8   | <b>6-91</b>             |
| 57                      | <b>Хлеб пшеничный овз</b>  | Калорийность-134, Белки-4, Углеводы-28                                      | <b>3-70</b>             |
| 40                      | <b>Хлеб бородинский овз</b>  | Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16                               | <b>3-55</b>             |
| <b>Итого за Обед</b>    |  |   | <b>89-41</b>            |
| <b>Полдник</b>          |  |   |                         |
| 100                     | <b>Запеканка из творога овз</b>  | Калорийность-202, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-15                             | <b>38-95</b>            |
| 180                     | <b>Кефир 2,5% овз</b>  | Калорийность-90, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-7                                | <b>14-99</b>            |
| 45                      | <b>Молоко сгущенное с сахаром овз</b>                                      | Калорийность-147, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25                              | <b>15-15</b>            |
| <b>Итого за Полдник</b> |  |   | <b>69-09</b>            |
| <b>Итого за день</b>    |  |   | <b>158-50</b>           |

Директор



Петеряева Л.В.

Шеф-повар

*[Signature]*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*[Signature]*

Брованова Н.В.