

## Меню "1-4 классы" 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>			
20	<b>Огурец в нарезке н/шк</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	<b>2-05</b>
150	<b>Омлет натуральный н/шк</b>	Калорийность-226, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-3	<b>29-17</b>
180	<b>Какао с молоком сгущенным н/шк</b>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	<b>16-10</b>
150	<b>Яблоко н/шк</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>20-25</b>
37,5	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	<b>2-43</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Горошек зеленый н/шк</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>3-77</b>
45/45	<b>Гуляш из говядины н/ф н/шк*</b>	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	<b>48-17</b>
150	<b>Макароны отварные н/шк</b>	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	<b>9-12</b>
200	<b>Компот из брусники н/шк</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	<b>7-44</b>
23	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	<b>1-50</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>

Директор



Шеф-повар

*[Signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Signature]*

Брованова Н.В.

# Меню "Многодетные до 11 лет" 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>			
30	<i>Огурец в нарезке б/пл</i>	<i>Калорийность-4, Углеводы-1</i>	<i>2-77</i>
200	<i>Омлет натуральный б/пл</i>	<i>Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4</i>	<i>39-07</i>
200	<i>Какао с молоком сгущенным б/пл</i>	<i>Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22</i>	<i>17-89</i>
150	<i>Яблоко б/пл</i>	<i>Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15</i>	<i>20-25</i>
36	<i>Хлеб пшеничный б/пл</i>	<i>Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18</i>	<i>2-36</i>
30	<i>Хлеб бородинский б/пл</i>	<i>Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12</i>	<i>2-66</i>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
10	<i>Горошек зеленый б/пл</i>	<i>Калорийность-4, Углеводы-1</i>	<i>2-51</i>
200	<i>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл</i>	<i>Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14</i>	<i>13-99</i>
45/45	<i>Гуляш из говядины п/ф б/пл*</i>	<i>Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3</i>	<i>48-17</i>
150	<i>Макароны отварные б/пл</i>	<i>Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33</i>	<i>9-12</i>
200	<i>Компот из брусники б/пл</i>	<i>Калорийность-33, Углеводы-8</i>	<i>7-44</i>
31	<i>Хлеб пшеничный б/пл</i>	<i>Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15</i>	<i>2-00</i>
20	<i>Хлеб бородинский б/пл</i>	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	<i>1-77</i>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>170-00</b>
			<i>Калорийность-1 321, Белки-55, Жиры-53, Углеводы-154</i>

Директор



Шеф-повар

*[Signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Signature]*

Брованова Н.В.

# Меню "Многодетные от 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>			
30	<b>Огурец в нарезке б/пл</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	2-77
220	<b>Омлет натуральный б/пл</b>	Калорийность-331, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-5	42-98
200	<b>Какао с молоком сгущенным б/пл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
150	<b>Яблоко б/пл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
29	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-89
25	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10	2-22
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Горошек зеленый б/пл</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
200	<b>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл</b>	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	13-99
45/45	<b>Гуляш из говядины п/ф б/пл*</b>	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	48-17
180	<b>Макароны отварные б/пл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	10-94
200	<b>Компот из брусники б/пл</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	7-44
29,5	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-92
20	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>176-00</b>
		Калорийность-1 364, Белки-57, Жиры-56, Углеводы-155	

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

# Меню "ОВЗ и инвалиды 1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Комплекс</u></b>			
60	<b>Икра морковная овз п/ф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	<b>8-00</b>
200	<b>Суп фасолеый на курином бульоне п/ф овз</b>	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	<b>13-99</b>
45/45	<b>Гуляш из говядины п/ф овз*</b>	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	<b>48-17</b>
150	<b>Макароны отварные овз</b>	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	<b>9-12</b>
200	<b>Компот из брусники овз</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	<b>7-44</b>
30,5	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-98</b>
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-66</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-756, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-91	<b>91-36</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
250	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	<b>50-00</b>
180	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	<b>17-14</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-216, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-50	<b>67-14</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-972, Белки-34, Жиры-30, Углеводы-141	<b>158-50</b>

Директор



Петрова Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

# Меню "ОВЗ и инвалиды до 12 лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Комплекс</u></b>			
60	<b>Икра морковная овз п/ф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	<b>8-00</b>
200	<b>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз</b>	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	<b>13-99</b>
45/45	<b>Гуляш из говядины п/ф овз*</b>	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	<b>48-17</b>
150	<b>Макароны отварные овз</b>	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	<b>9-12</b>
180	<b>Компот из брусники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>6-69</b>
29	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	<b>1-89</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-688, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-77	<b>87-86</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
250	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	<b>50-00</b>
180	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	<b>17-14</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-216, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-50	<b>67-14</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-904, Белки-32, Жиры-30, Углеводы-127	<b>155-00</b>

Директор \_\_\_\_\_



Поповцева П.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_

*[Handwritten signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор \_\_\_\_\_

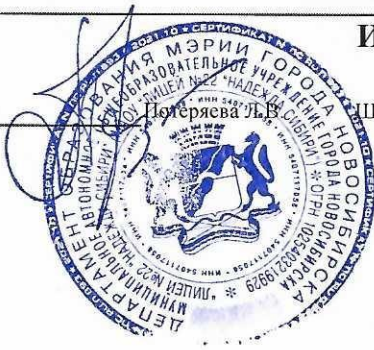
*[Handwritten signature]*

Брованова Н.В.

# Меню "ОВЗ и инвалиды от 12 лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Комплекс</b>			
100	<b>Икра морковная овз п/ф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	<b>13-34</b>
250	<b>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз</b>	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	<b>17-49</b>
50/50	<b>Гуляш из говядины п/ф овз*</b>	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	<b>53-52</b>
200	<b>Макароны отварные овз</b>	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	<b>12-16</b>
200	<b>Компот из брусники овз</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	<b>7-44</b>
35	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	<b>2-25</b>
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-66</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-929, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-112	<b>108-86</b>
<b>Полдник</b>			
250	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	<b>50-00</b>
180	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	<b>17-14</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-216, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-50	<b>67-14</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 145, Белки-40, Жиры-38, Углеводы-162	<b>176-00</b>

Директор \_\_\_\_\_



Шеф-повар \_\_\_\_\_

*[Handwritten signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор \_\_\_\_\_

*[Handwritten signature]*

Брованова Н.В.

## Меню "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>			
20	<b>Огурец в нарезке н/шк</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	<b>2-05</b>
150	<b>Омлет натуральный н/шк</b>	Калорийность-226, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-3	<b>29-24</b>
180	<b>Какао с молоком сгущенным н/шк</b>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	<b>16-10</b>
150	<b>Яблоко н/шк</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>20-25</b>
36	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	<b>2-36</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-500, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-57	<b>70-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Горошек зеленый н/шк</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>3-77</b>
45/45	<b>Гуляш из говядины н/ф н/шк*</b>	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	<b>48-17</b>
150	<b>Макароны отварные н/шк</b>	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	<b>9-12</b>
200	<b>Компот из брусники н/шк</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	<b>7-44</b>
23	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	<b>1-50</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-490, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-56	<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-990, Белки-41, Жиры-42, Углеводы-113	<b>140-00</b>

Директор



Шеф-повар

*Е.Е. Шаланова*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В. Брованова*

Брованова Н.В.

# Меню "Многодетные до 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>			
30	Огурец в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-77
200	Омлет натуральный б/пл	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-4	39-07
200	Какао с молоком сгущенным б/пл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
150	Яблоко б/пл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
36	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-36
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-648, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-72	<b>85-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
10	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	2-51
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-01
45/45	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	48-17
150	Макароны отварные б/пл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	9-12
200	Компот из брусники б/пл	Калорийность-33, Углеводы-8	7-44
30,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	1-98
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-673, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-82	<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 321, Белки-55, Жиры-53, Углеводы-154	<b>170-00</b>

Директор



Шеф-повар

*Handwritten signature*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Handwritten signature*

Брованова Н.В.



# Меню "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>			
30	<b>Огурец в нарезке б/пл</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	2-77
220	<b>Омлет натуральный б/пл</b>	Калорийность-331, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-5	42-98
200	<b>Какао с молоком сгущенным б/пл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-89
150	<b>Яблоко б/пл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-25
29	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-89
25	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-50, Белки-2, Углеводы-10	2-22
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-653, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-67	<b>88-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Горошек зеленый б/пл</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
200	<b>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл</b>	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-01
45/45	<b>Гуляш из говядины п/ф б/пл*</b>	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	48-17
180	<b>Макароны отварные б/пл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	10-94
200	<b>Компот из брусники б/пл</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	7-44
29	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-89
20	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-78
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-709, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-87	<b>88-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 362, Белки-57, Жиры-56, Углеводы-154	<b>176-00</b>

Директор



Потребова В.

Шеф-повар

*Шу*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Бр*

Брованова Н.В.

# Меню "ОВЗ и инвалиды 1-4 классы" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Комплекс</b>			
60	<b>Икра морковная овз п/ф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	<b>8-00</b>
200	<b>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз</b>	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	<b>13-99</b>
45/45	<b>Гуляш из говядины п/ф овз*</b>	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	<b>48-17</b>
150	<b>Макароны отварные овз</b>	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	<b>9-12</b>
200	<b>Компот из брусники овз</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	<b>7-44</b>
30,5	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-98</b>
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-66</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-756, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-91	<b>91-36</b>
<b>Полдник</b>			
250	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	<b>50-00</b>
180	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	<b>17-14</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-216, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-50	<b>67-14</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-972, Белки-34, Жиры-30, Углеводы-141	<b>158-50</b>

Директор

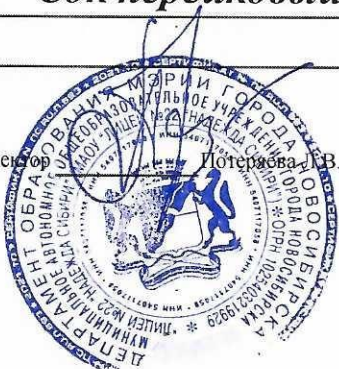
Потеряева Е.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

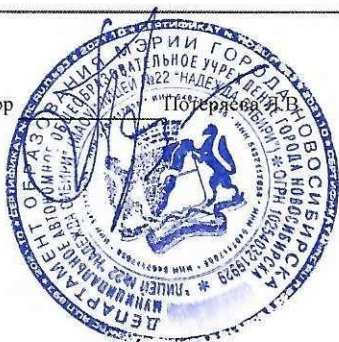
Брованова Н.В.



# Меню "ОВЗ и инвалиды до 12 лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Комплекс</u></b>			
60	<b>Икра морковная овз п/ф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	<b>8-00</b>
200	<b>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз</b>	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	<b>13-99</b>
45/45	<b>Гуляш из говядины п/ф овз*</b>	Калорийность-200, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-3	<b>48-17</b>
150	<b>Макароны отварные овз</b>	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	<b>9-12</b>
180	<b>Компот из брусники овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>6-69</b>
29	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	<b>1-89</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-688, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-77	<b>87-86</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
250	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	<b>50-00</b>
180	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	<b>17-14</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-216, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-50	<b>67-14</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-904, Белки-32, Жиры-30, Углеводы-127	<b>155-00</b>

Директор



Шеф-повар

*Handwritten signature*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

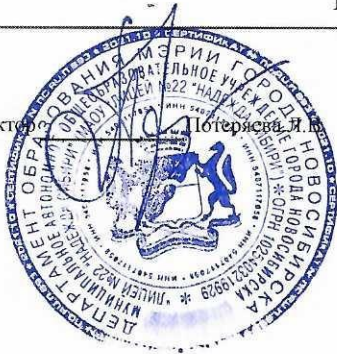
*Handwritten signature*

Брованова Н.В.

# Меню "ОВЗ и инвалиды от 12лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Комплекс</u></b>			
100	<b>Икра морковная овз п/ф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	<b>13-34</b>
250	<b>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз</b>	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	<b>17-49</b>
50/50	<b>Гуляш из говядины п/ф овз*</b>	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	<b>53-52</b>
200	<b>Макароны отварные овз</b>	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	<b>12-16</b>
200	<b>Компот из брусники овз</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	<b>7-44</b>
35	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	<b>2-26</b>
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-66</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-929, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-112	<b>108-87</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
250	<b>Апельсин овз</b>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	<b>50-00</b>
180	<b>Сок персиковый овз</b>	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	<b>17-13</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-216, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-50	<b>67-13</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 145, Белки-40, Жиры-38, Углеводы-162	<b>176-00</b>

Директор



Потеряева Л.Е.

Шеф-повар

*Handwritten signature*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Handwritten signature*

Брованова Н.В.