



# 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>			
15	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	2-20
90	Котлета из говядины н/шк	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	52-72
150	Каша перловая рассыпчатая н/шк	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	9-09
200	Чай с молоком и сахаром н/шк	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	4-73
19,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-26
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
25	Перец болгарский в нарезке н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	4-52
150	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне п/ф н/шк	Калорийность-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-14	11-25
100	Курица тушеная с морковью п/ф н/шк*	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	32-97
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
200	Компот из клюквы н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	8-62
29	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-88
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>



Шеф-повар  Котомчина Т.А. Калькулятор  Брованова Н.В.

# Меню "Многодетные до 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>			
40	<b>Помидор в нарезке б/пл</b>	Калорийность-9, Углеводы-2	<b>5-87</b>
90	<b>Котлета из говядины б/пл</b>	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	<b>52-72</b>
25	<b>Соус сметанный натуральный б/пл</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	<b>6-95</b>
150	<b>Каша перловая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	<b>9-09</b>
200	<b>Чай с молоком и сахаром б/пл</b>	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	<b>4-73</b>
32	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	<b>2-09</b>
40	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	<b>3-55</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-714, Белки-28, Жиры-27, Углеводы-91	<b>85-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
30	<b>Перец болгарский в нарезке б/пл</b>	Калорийность-8, Углеводы-1	<b>5-42</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне б/пл п/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	<b>15-00</b>
120	<b>Курица тушеная с морковью п/ф б/пл*</b>	Калорийность-152, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-5	<b>39-56</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	<b>10-76</b>
200	<b>Компот из клюквы б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>8-62</b>
32	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	<b>2-09</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-697, Белки-35, Жиры-17, Углеводы-99	<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 411, Белки-63, Жиры-44, Углеводы-190	<b>170-00</b>



Директор

Писарева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



# Меню "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><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
40	<b>Помидор в нарезке б/пл</b>	Калорийность-9, Углеводы-2	5-87
90	<b>Котлета из говядины б/пл</b>	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	52-72
25	<b>Соус сметанный натуральный б/пл</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	6-95
200	<b>Каша перловая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-13
200	<b>Чай с молоком и сахаром б/пл</b>	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	4-73
38	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-49
35	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	3-11
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
30	<b>Перец болгарский в нарезке б/пл</b>	Калорийность-8, Углеводы-1	5-42
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином-бульоне б/пл п/ф</b>	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	18-75
120	<b>Курица тушеная с морковью п/ф б/пл*</b>	Калорийность-152, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-5	39-56
170	<b>Каша гречневая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	12-20
200	<b>Компот из клюквы б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	8-62
26	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-68
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-1 485, Белки-65, Жиры-45, Углеводы-200

Директор



Шеф-повар

*[Signature]*

Котомчина Т.А.

Калькулятор

*[Signature]*

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>Комплекс</b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом п/ф овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-64
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	15-00
90	<b>Котлета из говядины овз</b>	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	52-72
25	<b>Соус сметанный натуральный овз</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	6-95
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
200	<b>Компот из клюквы овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	8-61
26,5	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-72
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Комплекс</b>			<b>107-06</b>
<b>Полдник</b>			
240	<b>Банан овз</b>	Калорийность-229, Белки-4, Углеводы-54	32-40
200	<b>Сок виноградный овз</b>	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	19-04
<b>Итого за Полдник</b>			<b>51-44</b>
<b>Итого за день</b>			<b>158-50</b>

Калорийность-1 250, Белки-40, Жиры-34, Углеводы-194

158-50

Директор

Потеряева С.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



# Меню "ОВЗ и инвалиды до 12лет" 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>Винегрет с растительным маслом п/ф овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-64
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	15-00
90	<b>Котлета из говядины овз</b>	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	52-72
25	<b>Соус сметанный натуральный овз</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	6-95
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
200	<b>Компот из клюквы овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	8-61
43	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	2-78
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-864, Белки-34, Жиры-34, Углеводы-103	<b>105-46</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
240	<b>Банан овз</b>	Калорийность-229, Белки-4, Углеводы-54	32-40
180	<b>Сок виноградный овз</b>	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-29	17-14
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-352, Белки-5, Углеводы-83	<b>49-54</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 216, Белки-39, Жиры-34, Углеводы-186	<b>155-00</b>

Директор \_\_\_\_\_ Д.В.

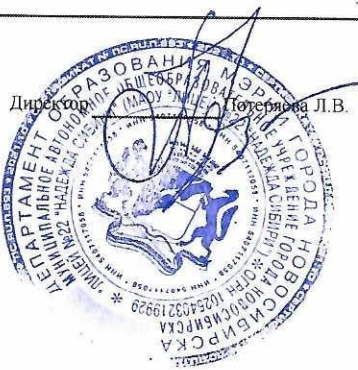
Шеф-повар \_\_\_\_\_ Котомчина Т.А.      Калькулятор \_\_\_\_\_ Брованова Н.В.





# Меню "ОВЗ и инвалиды от 12лет" 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>Винегрет с растительным маслом п/ф овз</b>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-43
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	18-76
90	<b>Котлета из говядины овз</b>	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	52-72
25	<b>Соус сметанный натуральный овз</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	6-95
200	<b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	14-35
200	<b>Компот из клюквы овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	8-61
31	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-03
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-1 048, Белки-39, Жиры-40, Углеводы-129	<b>120-51</b>
<b>Полдник</b>			
270	<b>Банан овз</b>	Калорийность-258, Белки-4, Углеводы-60	36-45
200	<b>Сок виноградный овз</b>	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	19-04
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-394, Белки-5, Углеводы-93	<b>55-49</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 442, Белки-44, Жиры-40, Углеводы-222	<b>176-00</b>



Директор Котомчина Т.А. Шеф-повар Котомчина Т.А. Калькулятор 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>			
15	<b>Помидор в нарезке н/шк</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	2-20
90	<b>Котлета из говядины н/шк</b>	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	52-72
150	<b>Каша перловая рассыпчатая н/шк</b>	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	9-09
200	<b>Чай с молоком и сахаром н/шк</b>	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	4-73
19,5	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-26
<b>Итого за Завтрак (1 смена)</b>			<b>70-00</b>
<b><u>Обед (2 смена)</u></b>			
25	<b>Перец болгарский в нарезке н/шк</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	4-52
150	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне п/ф н/шк</b>	Калорийность-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-14	11-25
100	<b>Курица тушеная с морковью п/ф н/шк*</b>	Калорийность-126, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-4	32-97
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая н/шк</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
200	<b>Компот из клюквы н/шк</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	8-62
29	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-88
<b>Итого за Обед (2 смена)</b>			<b>70-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>140-00</b>

Калорийность-1107, Белки-52, Жиры-36, Углеводы-142



Директор Котлярова Д.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор 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>			
40	<b>Помидор в нарезке б/пл</b>	Калорийность-9, Углеводы-2	<b>5-87</b>
90	<b>Котлета из говядины б/пл</b>	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	<b>52-72</b>
25	<b>Соус сметанный натуральный б/пл</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	<b>6-95</b>
150	<b>Каша перловая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-31	<b>9-09</b>
200	<b>Чай с молоком и сахаром б/пл</b>	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	<b>4-73</b>
32	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	<b>2-09</b>
40	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	<b>3-55</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>85-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
30	<b>Перец болгарский в нарезке б/пл</b>	Калорийность-8, Углеводы-1	<b>5-42</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне б/пл п/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	<b>14-94</b>
120	<b>Курица тушеная с морковью п/ф б/пл*</b>	Калорийность-152, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-5	<b>39-56</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	<b>10-76</b>
200	<b>Компот из клюквы б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>8-61</b>
33	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	<b>2-16</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>			<b>85-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>170-00</b>

Калорийность-1 413, Белки-64, Жиры-44, Углеводы-190

Директор

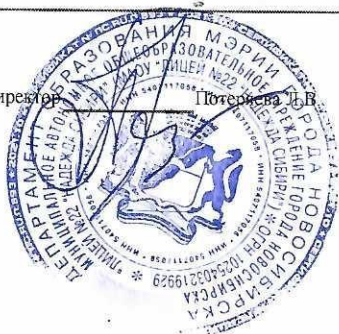
Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

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>			
40	<b>Помидор в нарезке б/пл</b>	Калорийность-9, Углеводы-2	5-87
90	<b>Котлета из говядины б/пл</b>	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	52-72
25	<b>Соус сметанный натуральный б/пл</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	6-95
200	<b>Каша перловая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	12-13
200	<b>Чай с молоком и сахаром б/пл</b>	Калорийность-51, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-9	4-73
38	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-49
35	<b>Хлеб бородинский б/пл</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-14	3-11
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>88-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
30	<b>Перец болгарский в нарезке б/пл</b>	Калорийность-8, Углеводы-1	5-42
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне б/пл п/ф</b>	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	18-68
120	<b>Курица тушеная с морковью п/ф б/пл*</b>	Калорийность-152, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-5	39-56
170	<b>Каша гречневая рассыпчатая б/пл</b>	Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	12-20
200	<b>Компот из клюквы б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	8-61
27	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-76
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-1 487, Белки-65, Жиры-45, Углеводы-200			

Директор

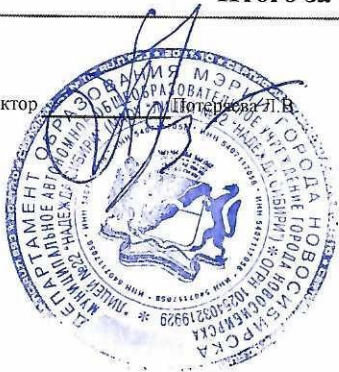
Петерцова Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

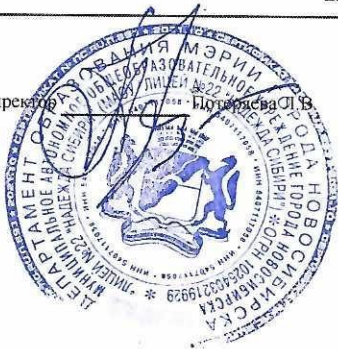
Брованова Н.В.



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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Комплекс</b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом п/ф овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-65
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	15-00
90	<b>Котлета из говядины овз</b>	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	52-72
25	<b>Соус сметанный натуральный овз</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	6-95
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
200	<b>Компот из клюквы овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	8-62
26	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-70
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-883, Белки-35, Жиры-34, Углеводы-107	<b>107-06</b>
<b>Полдник</b>			
240	<b>Банан овз</b>	Калорийность-229, Белки-4, Углеводы-54	32-40
200	<b>Сок виноградный овз</b>	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	19-04
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-365, Белки-5, Углеводы-87	<b>51-44</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 248, Белки-40, Жиры-34, Углеводы-194	<b>158-50</b>

Директор



Шеф-повар

*Еее*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Б*

Брованова Н.В.

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Комплексе</b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом п/ф овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-65
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	15-00
90	<b>Котлета из говядины овз</b>	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	52-72
25	<b>Соус сметанный натуральный овз</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	6-95
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	10-76
200	<b>Компот из клюквы овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	8-62
42,5	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-21	2-76
<b>Итого за Комплексе</b>		Калорийность-864, Белки-34, Жиры-34, Углеводы-103	<b>105-46</b>
<b>Полдник</b>			
240	<b>Банан овз</b>	Калорийность-229, Белки-4, Углеводы-54	32-40
180	<b>Сок виноградный овз</b>	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-29	17-14
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-352, Белки-5, Углеводы-83	<b>49-54</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1216, Белки-39, Жиры-34, Углеводы-186	<b>155-00</b>

Директор

Потогоряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

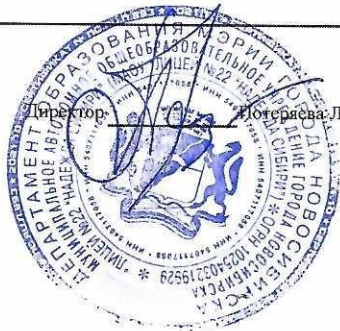
Брованова Н.В.





# 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>Комплекс</b>			
100	<b>Винегрет с растительным маслом п/ф овз</b>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	14-43
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	18-76
90	<b>Котлета из говядины овз</b>	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	52-72
25	<b>Соус сметанный натуральный овз</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2	6-95
200	<b>Каша гречневая рассыпчатая овз</b>	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	14-35
200	<b>Компот из клюквы овз</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	8-61
31	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-03
30	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-1 048, Белки-39, Жиры-40, Углеводы-129	<b>120-51</b>
<b>Полдник</b>			
270	<b>Банан овз</b>	Калорийность-258, Белки-4, Углеводы-60	36-45
200	<b>Сок виноградный овз</b>	Калорийность-136, Белки-1, Углеводы-33	19-04
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-394, Белки-5, Углеводы-93	<b>55-49</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 442, Белки-44, Жиры-40, Углеводы-222	<b>176-00</b>



Директор \_\_\_\_\_ Догряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.