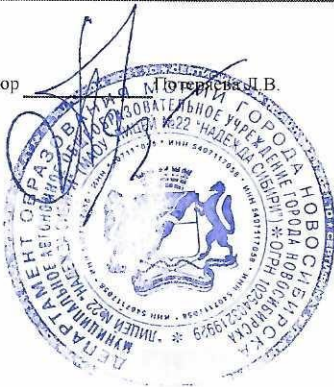


Меню "Многодетные от 11лет" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (1 смена)			
20	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-5, Углеводы-1	2-95
50/50	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	53-15
200	Макароны отварные с сыром б/пл	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	20-59
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-80
28,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-85
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-683, Белки-31, Жиры-25, Углеводы-82	88-00
Итого за день		Калорийность-683, Белки-31, Жиры-25, Углеводы-82	88-00

Директор



Потеряева 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)
Комплекс			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	12-01
250	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-21
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	63-78
200	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	20-62
200	Компот из клюквы овз	Калорийность-29, Углеводы-7	8-61
34	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-22
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-925, Белки-43, Жиры-39, Углеводы-100	125-11
Полдник			
250	Банан овз	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	33-75
180	Сок яблочный овз	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18	17-14
Итого за Полдник		Калорийность-317, Белки-5, Углеводы-74	50-89
Итого за день		Калорийность-1 242, Белки-48, Жиры-39, Углеводы-174	176-00

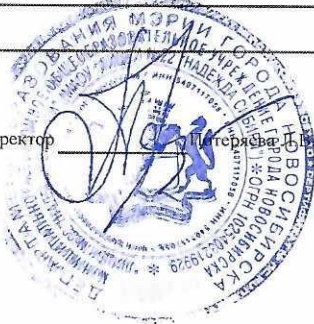
Директор _____

Шеф-повар _____

Котомчина Т.А.

Калькулятор _____

Брованова Н.В.



Меню "Многодетные от 11лет" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
20	Перец болгарский в нарезке б/пл	Калорийность-5, Углеводы-1	3-00
50/50	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	53-15
200	Макароны отварные с сыром б/пл	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	20-59
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-80
28	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-80
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
Итого за день			88-00

Директор



Полухина Н.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)
<u>Комплекс</u>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	12-65
250	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-22
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	63-78
200	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	20-61
200	Компот из клюквы овз	Калорийность-29, Углеводы-7	8-61
24,5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-58
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-904, Белки-42, Жиры-39, Углеводы-95	125-11
<u>Полдник</u>			
250	Банан овз	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	33-75
180	Сок яблочный овз	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18	17-14
Итого за Полдник		Калорийность-317, Белки-5, Углеводы-74	50-89
Итого за день		Калорийность-1 221, Белки-47, Жиры-39, Углеводы-169	176-00

Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.

