

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)
Завтрак (1 смена)			
25	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-3	7-97
50/50	Гуляш из говядины п/ф б/пл*	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	52-94
180	Рис отварной б/пл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-73
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-67
34	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-14
40	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Завтрак (1 смена)			88-00
Итого за день			88-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



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

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Комплексе			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	15-52
250	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-36
50/50	Гуляш из говядины п/ф овз*	Калорийность-223, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-3	52-92
180	Рис отварной овз	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-74
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-57
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	1-89
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
Итого за Комплексе		Калорийность-912, Белки-34, Жиры-35, Углеводы-117	111-55
Полдник			
210	Апельсин овз	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	48-25
180	Сок яблочный овз	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18	16-20
Итого за Полдник		Калорийность-157, Белки-3, Углеводы-35	64-45
Итого за день		Калорийность-1 069, Белки-37, Жиры-35, Углеводы-152	176-00

Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.

