

# 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>			
25	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-5, Углеводы-1	5-08
130	Капуста тушеная с мясом н/ф н/шк*	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9	55-01
110	Картофельное пюре н/ф н/шк	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	13-05
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
50	Булочка с маком н/шк	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26	2-56
32	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-17
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-568, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-73	<b>79-25</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
20	Кукуруза сахарная н/шк	Калорийность-10, Углеводы-2	6-65
200	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне н/ф н/шк	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-19	14-06
105	Курица тушеная с морковью н/ф н/шк*	Калорийность-133, Белки-15, Жиры-6, Углеводы-5	34-88
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
200	Компот из смородины н/шк	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
30,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-07
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-605, Белки-30, Жиры-15, Углеводы-85	<b>79-25</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 173, Белки-52, Жиры-35, Углеводы-158	<b>158-50</b>



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

# Меню "Многодетные 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>			
25	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-5, Углеводы-1	5-08
155	Капуста тушеная с мясом п/ф б/пл*	Калорийность-263, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-10	65-60
130	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-121, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-17	15-29
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
50	Булочка с маком б/пл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26	2-56
38	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-57
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-683, Белки-28, Жиры-24, Углеводы-87	<b>94-25</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
25	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-3	8-32
200	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	14-06
140	Курица тушеная с морковью п/ф б/пл*	Калорийность-177, Белки-20, Жиры-8, Углеводы-6	46-45
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-37
200	Компот из смородины б/пл	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
30,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-07
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-692, Белки-37, Жиры-17, Углеводы-94	<b>94-25</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1375, Белки-65, Жиры-41, Углеводы-181	<b>188-50</b>



Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Котомчина Т.А.

Калькулятор \_\_\_\_\_ Брованова Н.В.

# Меню "Многодетные 5-11 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>			
25	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-5, Углеводы-1	5-08
155	Капуста тушеная с мясом п/ф б/пл*	Калорийность-263, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-10	65-60
120	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-112, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16	13-33
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
50	Булочка с маком б/пл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26	2-56
33,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-28
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>92-00</b>
<b>Обед ( 2 смена )</b>			
25	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-3	8-32
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	17-58
120	Курица тушеная с морковью п/ф б/пл*	Калорийность-152, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-5	39-81
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-65
180	Компот из смородины б/пл	Калорийность-32, Углеводы-8	9-19
25	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-68
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>92-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>184-00</b>



Директор Долгорукова Л.В.

Для документов

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>Комплекс</b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом п/ф овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-92
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	14-07
130	<b>Капуста тушеная с мясом п/ф овз*</b>	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9	55-01
150	<b>Картофельное пюре овз п/ф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	17-65
200	<b>Компот из смородины овз</b>	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
44	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	2-99
40	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-764, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-97	<b>111-40</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-03
180	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
150	<b>Яблоко овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-364, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-50	<b>55-16</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1128, Белки-42, Жиры-41, Углеводы-147	<b>166-56</b>

Директор

Потеряева Л.В.



Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

# Меню "ОВЗ и инвалиды 7-11 лет" 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	7-92
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	14-07
130	<b>Капуста тушеная с мясом п/ф овз*</b>	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9	55-01
150	<b>Картофельное пюре овз п/ф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	17-65
200	<b>Компот из смородины овз</b>	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
38	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-58
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-671, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-78	<b>107-44</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-03
180	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
150	<b>Яблоко овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-364, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-50	<b>55-16</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 035, Белки-39, Жиры-40, Углеводы-128	<b>162-60</b>

Директор \_\_\_\_\_ Подгоряева Л.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Котомчина Т.А.

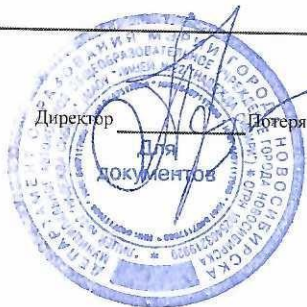
Калькулятор \_\_\_\_\_

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>Винегрет с растительным маслом п/ф овз</b>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	13-21
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	17-59
140	<b>Капуста тушеная с мясом п/ф овз*</b>	Калорийность-238, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-9	59-25
200	<b>Картофельное пюре овз п/ф</b>	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	23-53
200	<b>Компот из смородины овз</b>	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
31	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-10
40	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-873, Белки-31, Жиры-35, Углеводы-104	<b>129-44</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-03
180	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
150	<b>Яблоко овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-364, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-50	<b>55-16</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 237, Белки-44, Жиры-48, Углеводы-154	<b>184-60</b>



Директор

Дотеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

# Меню "СВО" 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	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	4-06
130	Капуста тушеная с мясом п/ф б/пл*	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9	55-01
110	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	12-22
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
50	Булочка с маком б/пл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26	2-56
26	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-77
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-553, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-70	<b>77-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
25	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-3	8-32
150	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-14	10-54
105	Курица тушеная с морковью п/ф б/пл*	Калорийность-133, Белки-15, Жиры-6, Углеводы-5	34-83
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
200	Компот из смородины б/пл	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
25,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-72
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-566, Белки-30, Жиры-14, Углеводы-79	<b>77-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1119, Белки-52, Жиры-34, Углеводы-149	<b>154-00</b>



Директор

Погорьса Л.В.

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>			
25	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-5, Углеводы-1	5-08
130	Капуста тушеная с мясом н/ф н/шк*	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9	55-01
110	Картофельное пюре н/ф н/шк	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	13-05
200	Чай с сахаром н/шк	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
50	Булочка с маком н/шк	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26	2-56
32	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-17
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>79-25</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
20	Кукуруза сахарная н/шк	Калорийность-10, Углеводы-2	6-65
200	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне н/ф н/шк	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-19	14-06
105	Курица тушеная с морковью н/ф н/шк*	Калорийность-133, Белки-15, Жиры-6, Углеводы-5	34-84
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
200	Компот из смородины н/шк	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
31	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-11
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>79-25</b>
<b>Итого за день</b>			<b>158-50</b>



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



# Меню "Многодетные 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>			
25	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-5, Углеводы-1	5-08
155	Капуста тушеная с мясом п/ф б/пл*	Калорийность-263, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-10	65-60
130	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-121, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-17	15-29
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
50	Булочка с маком б/пл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26	2-56
38	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-57
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-683, Белки-28, Жиры-24, Углеводы-87	<b>94-25</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
25	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-3	8-31
200	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	14-06
140	Курица тушеная с морковью п/ф б/пл*	Калорийность-177, Белки-20, Жиры-8, Углеводы-6	46-45
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
200	Компот из смородины б/пл	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
30,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-07
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-692, Белки-37, Жиры-17, Углеводы-94	<b>94-25</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 375, Белки-65, Жиры-41, Углеводы-181	<b>188-50</b>

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.



# Меню "Многодетные 5-11 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>			
25	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-5, Углеводы-1	5-08
155	Капуста тушеная с мясом п/ф б/пл*	Калорийность-263, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-10	65-60
120	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-112, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16	13-33
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
50	Булочка с маком б/пл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26	2-56
33,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-28
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>92-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
25	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-3	8-31
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	17-58
120	Курица тушеная с морковью п/ф б/пл*	Калорийность-152, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-5	39-81
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-65
180	Компот из смородины б/пл	Калорийность-32, Углеводы-8	9-19
25	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-69
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>92-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>184-00</b>
Калорийность-1 391, Белки-64, Жиры-41, Углеводы-186			

Директор  Подгряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брванова 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>Винегрет с растительным маслом п/ф овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-92
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	14-07
130	<b>Капуста тушеная с мясом п/ф овз*</b>	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9	55-01
150	<b>Картофельное пюре овз п/ф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	17-65
200	<b>Компот из смородины овз</b>	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
44	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-22	2-99
40	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-764, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-97	<b>111-40</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-03
180	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
150	<b>Яблоко овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-364, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-50	<b>55-16</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1128, Белки-42, Жиры-41, Углеводы-147	<b>166-56</b>



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

*Велу*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Бронова*

Бронова Н.В.

# Меню "ОВЗ и инвалиды 7-11 лет" 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>Винегрет с растительным маслом п/ф овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-92
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	14-07
130	<b>Капуста тушеная с мясом п/ф овз*</b>	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9	55-01
150	<b>Картофельное пюре овз п/ф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	17-65
200	<b>Компот из смородины овз</b>	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
38	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-58
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-671, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-78	<b>107-44</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-03
180	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
150	<b>Яблоко овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-364, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-50	<b>55-16</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 035, Белки-39, Жиры-40, Углеводы-128	<b>162-60</b>



Директор Погоряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.

# Меню "ОВЗ и инвалиды от 12 лет" 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	13-21
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне овз п/ф</b>	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23	17-58
140	<b>Капуста тушеная с мясом п/ф овз*</b>	Калорийность-238, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-9	59-24
200	<b>Картофельное пюре овз п/ф</b>	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	23-53
200	<b>Компот из смородины овз</b>	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
31	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-12
40	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-873, Белки-31, Жиры-35, Углеводы-104	<b>129-44</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-03
180	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-10
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
150	<b>Яблоко овз</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-00
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-364, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-50	<b>55-16</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 237, Белки-44, Жиры-48, Углеводы-154	<b>184-60</b>



Директор

Цотерасва Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

# Меню "СВО" 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	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-4, Углеводы-1	4-06
130	Капуста тушеная с мясом п/ф б/пл*	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9	55-01
110	Картофельное пюре б/пл п/ф	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	12-22
200	Чай с сахаром б/пл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-38
50	Булочка с маком б/пл	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26	2-56
26	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	1-77
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-553, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-70	<b>77-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-553, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-70	<b>77-00</b>



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.