

Меню "1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
15	Кукуруза сахарная н/шк	Калорийность-8, Углеводы-2	4-99
50/50	Бефстроганов из отварной говядины н/ф н/шк*	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	53-40
160	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38	12-13
200	Напиток из шиповника н/шк	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-68
30	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-05
Итого за Завтрак (1 смена)			79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
200	Суп гороховый на курином бульоне н/шк н/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-24
100	Шницель из курицы н/шк	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13	36-17
170	Рис отварной н/шк	Калорийность-231, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-41	14-47
200	Компот из смородины н/шк	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
35	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-39
Итого за Обед (2 смена)			79-25
Итого за день			158-50

Калорийность-1 257, Белки-60, Жиры-37, Углеводы-168



Директор

Потогоряева 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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
25	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-3	8-31
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	64-08
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-68
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-673, Белки-31, Жиры-25, Углеводы-80	94-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	7-55
200	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-24
100	Шницель из курицы б/пл	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13	36-16
170	Рис отварной б/пл	Калорийность-231, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-41	14-47
200	Сок абрикосовый б/пл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	18-80
35	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-37
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-791, Белки-37, Жиры-14, Углеводы-126	94-25
Итого за день		Калорийность-1464, Белки-68, Жиры-39, Углеводы-206	188-50

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
15	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-8, Углеводы-2	4-99
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	64-08
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-65
180	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-01
22	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-50
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)			92-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-30
100	Шницель из курицы б/пл	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13	36-16
190	Рис отварной б/пл	Калорийность-258, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-46	16-18
180	Сок абрикосовый б/пл	Калорийность-95, Белки-1, Углеводы-23	16-92
28	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-90
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)			92-00
Итого за день			184-00

Директор

Питеряева 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)
<u>Комплекс</u>			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	9-64
200	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-24
50/50	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	53-40
170	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	12-89
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
35	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-35
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-821, Белки-37, Жиры-31, Углеводы-98	103-39
<u>Полдник</u>			
250	Банан овз	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	46-25
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-92
Итого за Полдник		Калорийность-360, Белки-5, Углеводы-86	63-17
Итого за день		Калорийность-1181, Белки-42, Жиры-31, Углеводы-184	166-56



Шеф-повар [подпись] Котомчина Т.А. Калькулятор [подпись] 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)
Комплекс			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	9-64
200	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-24
50/50	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	53-40
150	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
38	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-56
Итого за Комплекс		Калорийность-738, Белки-34, Жиры-30, Углеводы-83	99-43
Полдник			
250	Банан овз	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	46-25
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-92
Итого за Полдник		Калорийность-360, Белки-5, Углеводы-86	63-17
Итого за день		Калорийность-1 098, Белки-39, Жиры-30, Углеводы-169	162-60

Директор

Потеряева Д.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)
<u>Комплекс</u>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	16-07
250	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-30
55/55	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	58-74
190	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-296, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-46	14-41
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
32	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-16
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-924, Белки-40, Жиры-36, Углеводы-108	119-55
<u>Полдник</u>			
250	Банан овз	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	46-25
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	18-80
Итого за Полдник		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	65-05
Итого за день		Калорийность-1 297, Белки-45, Жиры-36, Углеводы-197	184-60



Директор _____ Потеряна 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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
15	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-8, Углеводы-2	4-99
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	64-08
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-65
180	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-01
22	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-50
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-690, Белки-32, Жиры-27, Углеводы-81	92-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-30
100	Шницель из курицы б/пл	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13	36-16
190	Рис отварной б/пл	Калорийность-258, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-46	16-18
180	Сок абрикосовый б/пл	Калорийность-95, Белки-1, Углеводы-23	16-92
28	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-90
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-800, Белки-36, Жиры-16, Углеводы-125	92-00
Итого за день		Калорийность-1 490, Белки-68, Жиры-43, Углеводы-206	184-00

Директор



Потеряева Л.В.

ДОКУМЕНТОВ

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
15	Кукуруза сахарная н/шк	Калорийность-8, Углеводы-2	4-99
50/50	Бефстроганов из отварной говядины н/ф н/шк*	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	53-40
160	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38	12-13
200	Напиток из шиповника н/шк	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-68
30	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-05
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-601, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-72	79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
200	Суп гороховый на курином бульоне н/шк н/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-24
100	Шницель из курицы н/шк	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13	36-17
170	Рис отварной н/шк	Калорийность-231, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-41	14-47
200	Компот из смородины н/шк	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
35	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-39
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-656, Белки-33, Жиры-14, Углеводы-96	79-25
Итого за день		Калорийность-1 257, Белки-60, Жиры-37, Углеводы-168	158-50

Директор _____ Потурисва Н.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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
25	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-3	8-31
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	64-08
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
200	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-68
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)			94-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	7-55
200	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-23
100	Шницель из курицы б/пл	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13	36-17
170	Рис отварной б/пл	Калорийность-231, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-41	14-47
200	Сок абрикосовый б/пл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	18-80
35	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-37
30	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Обед (2 смена)			94-25
Итого за день			188-50

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
15	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-8, Углеводы-2	4-99
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	64-08
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-65
180	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-01
22	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-50
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-690, Белки-32, Жиры-27, Углеводы-81	92-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
250	Суп гороховый на курином бульоне б/пл п/ф	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-29
100	Шницель из курицы б/пл	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13	36-17
190	Рис отварной б/пл	Калорийность-258, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-46	16-18
180	Сок абрикосовый б/пл	Калорийность-95, Белки-1, Углеводы-23	16-92
28	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-90
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-800, Белки-36, Жиры-16, Углеводы-125	92-00
Итого за день		Калорийность-1 490, Белки-68, Жиры-43, Углеводы-206	184-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

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)
<u>Комплекс</u>			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	9-64
200	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-25
50/50	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	53-40
170	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-265, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	12-89
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
34.5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-34
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-821, Белки-37, Жиры-31, Углеводы-98	103-39
<u>Полдник</u>			
250	Банан овз	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	46-25
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-92
Итого за Полдник		Калорийность-360, Белки-5, Углеводы-86	63-17
Итого за день		Калорийность-1181, Белки-42, Жиры-31, Углеводы-184	166-56

Директор

Иотеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

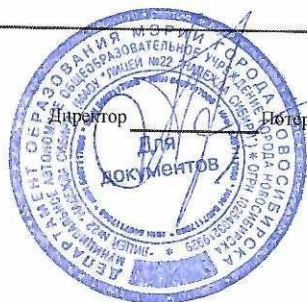
Брованова Н.В.



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)
Комплекс			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	9-64
200	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	12-25
50/50	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	53-40
150	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-38
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
37.5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	2-55
Итого за Комплекс			99-43
Полдник			
250	Банан овз	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	46-25
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	16-92
Итого за Полдник			63-17
Итого за день			162-60

Калорийность-1 098, Белки-39, Жиры-30, Углеводы-169



Директор

Побряева 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)
Комплекс			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов овз п/ф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	16-07
250	Суп гороховый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	15-31
55/55	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	58-74
190	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-296, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-46	14-41
200	Компот из смородины овз	Калорийность-35, Углеводы-8	10-21
32	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-15
30	Хлеб бородинский овз	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за Комплекс		Калорийность-924, Белки-40, Жиры-36, Углеводы-108	119-55
Полдник			
250	Банан овз	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	46-25
200	Сок персиковый овз	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	18-80
Итого за Полдник		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	65-05
Итого за день		Калорийность-1 297, Белки-45, Жиры-36, Углеводы-197	184-60

Директор Мотеряева 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)
Завтрак (1 смена)			
15	Кукуруза сахарная б/пл	Калорийность-8, Углеводы-2	4-99
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	64-08
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-65
180	Напиток из шиповника б/пл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-01
22	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-50
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-690, Белки-32, Жиры-27, Углеводы-81	92-00
Итого за день		Калорийность-690, Белки-32, Жиры-27, Углеводы-81	92-00



Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.