

# 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>			
35	<b>Сыр твердых сортов в нарезке н/шк</b>	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-27
200	<b>Каша жидкая молочная рисовая н/шк</b>	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	18-94
180	<b>Какао с молоком сгущенным н/шк</b>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	16-06
155	<b>Яблоко н/шк</b>	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	19-46
37	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-52
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>79-25</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
20	<b>Огурец в нарезке н/шк</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	2-72
70	<b>Котлета рыбная (кета) н/шк*</b>	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	50-10
150	<b>Макаронны отварные с сыром н/шк</b>	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-49
180	<b>Компот из брусники н/шк</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	9-40
23	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-54
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>79-25</b>
<b>Итого за день</b>			<b>158-50</b>

Директор  Подгряева 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>			
35	<b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-27
200	<b>Каша жидкая молочная рисовая б/пл</b>	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	19-09
15	<b>Масло сливочное (порциями) б/пл</b>	Калорийность-112, Жиры-12	14-58
200	<b>Какао с молоком сгущенным б/пл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-86
150	<b>Яблоко б/пл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-30
32	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-15
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>94-25</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Огурец в нарезке б/пл</b>	Калорийность-2	2-03
200	<b>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл</b>	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-96
70	<b>Котлета рыбная (кета) б/пл*</b>	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	49-85
150	<b>Макаронны отварные с сыром б/пл</b>	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-48
180	<b>Компот из брусники б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	9-66
33,5	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-27
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>94-25</b>
<b>Итого за день</b>			<b>188-50</b>

Директор \_\_\_\_\_ Подотряева 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><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
35	<b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-27
230	<b>Каша жидкая молочная рисовая б/пл</b>	Калорийность-212, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33	21-96
10	<b>Масло сливочное (порциями) б/пл</b>	Калорийность-75, Жиры-8	9-72
200	<b>Какао с молоком сгущенным б/пл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-86
150	<b>Яблоко б/пл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-30
28	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-89
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>92-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Огурец в нарезке б/пл</b>	Калорийность-2	2-03
180	<b>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл</b>	Калорийность-113, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13	13-46
70	<b>Котлета рыбная (кета) б/пл*</b>	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	49-85
150	<b>Макаронны отварные с сыром б/пл</b>	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-48
180	<b>Компот из брусники б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	9-66
22,5	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-52
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>92-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>184-00</b>



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>Икра морковная овз п/ф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	7-52
200	<b>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз</b>	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-90
70	<b>Котлета рыбная (кета) овз*</b>	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	48-77
200	<b>Макароны отварные с сыром овз</b>	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	20-63
200	<b>Компот из брусники овз</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	10-21
35	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	2-38
40	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-780, Белки-37, Жиры-24, Углеводы-105	<b>107-96</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-08
200	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-77
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	19-72
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52	<b>58-60</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1157, Белки-50, Жиры-37, Углеводы-157	<b>166-56</b>



Директор \_\_\_\_\_ Либерева 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	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	12-53
250	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	18-62
70	Котлета рыбная (кета) овз*	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	48-77
200	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	20-63
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	10-21
27	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-83
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-837, Белки-38, Жиры-28, Углеводы-109	<b>116-14</b>
<b>Полдник</b>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-08
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-77
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
225	Яблоко овз	Калорийность-100, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-22	29-58
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-410, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-59	<b>68-46</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-41, Углеводы-168	<b>184-60</b>

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева 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>			
35	<b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-27
230	<b>Каша жидкая молочная рисовая б/пл</b>	Калорийность-212, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33	21-96
10	<b>Масло сливочное (порциями) б/пл</b>	Калорийность-75, Жиры-8	9-72
200	<b>Какао с молоком сгущенным б/пл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-86
150	<b>Яблоко б/пл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-30
28	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-89
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>92-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Огурец в нарезке б/пл</b>	Калорийность-2	2-03
180	<b>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл</b>	Калорийность-113, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13	13-46
70	<b>Котлета рыбная (кета) б/пл*</b>	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	49-85
150	<b>Макаронны отварные с сыром б/пл</b>	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	15-48
180	<b>Компот из брусники б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	9-66
22,5	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-52
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>92-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>184-00</b>

Директор  Котомчина Л.В.

Шеф-повар  Котомчина Т.А.

Калькулятор  Брванова 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>			
35	<b>Сыр твердых сортов в нарезке н/шк</b>	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-27
200	<b>Каша жидкая молочная рисовая н/шк</b>	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	19-52
180	<b>Какао с молоком сгущенным н/шк</b>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	15-96
150	<b>Яблоко н/шк</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	19-70
26.5	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-80
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>79-25</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
20	<b>Огурец в нарезке н/шк</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	2-72
70	<b>Котлета рыбная (кета) н/шк*</b>	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	50-66
140	<b>Макаронны отварные с сыром н/шк</b>	Калорийность-194, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-27	14-50
180	<b>Компот из брусники н/шк</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	9-82
23	<b>Хлеб пшеничный н/шк</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-55
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>79-25</b>
<b>Итого за день</b>			<b>158-50</b>

 Директор М.В. Дюгарева Л.В.

 Шеф-повар Я.И.

Шаланова Е.Е.

 Калькулятор Н.В.

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>			
35	<b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-27
200	<b>Каша жидкая молочная рисовая б/пл</b>	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	19-32
15	<b>Масло сливочное (порциями) б/пл</b>	Калорийность-112, Жиры-12	14-58
200	<b>Какао с молоком сгущенным б/пл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-83
150	<b>Яблоко б/пл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-60
24.5	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-65
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>94-25</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Огурец в нарезке б/пл</b>	Калорийность-2	2-03
200	<b>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл</b>	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-90
70	<b>Котлета рыбная (кета) б/пл*</b>	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	51-23
140	<b>Макаронны отварные с сыром б/пл</b>	Калорийность-194, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-27	14-57
180	<b>Компот из брусники б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	9-70
27	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	1-82
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>94-25</b>
<b>Итого за день</b>			<b>188-50</b>

Директор



Подчеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



# Меню "Многодетные от 12 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>			
35	<b>Сыр твердых сортов в нарезке б/пл</b>	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	22-27
220	<b>Каша жидкая молочная рисовая б/пл</b>	Калорийность-203, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32	21-25
10	<b>Масло сливочное (порциями) б/пл</b>	Калорийность-75, Жиры-8	9-72
200	<b>Какао с молоком сгущенным б/пл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-83
150	<b>Яблоко б/пл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	18-60
34	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	2-33
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>92-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
15	<b>Огурец в нарезке б/пл</b>	Калорийность-2	2-03
180	<b>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф б/пл</b>	Калорийность-113, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-13	13-41
70	<b>Котлета рыбная (кета) б/пл*</b>	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	51-23
140	<b>Макаронны отварные с сыром б/пл</b>	Калорийность-194, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-27	14-57
180	<b>Компот из брусники б/пл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	9-70
16	<b>Хлеб пшеничный б/пл</b>	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8	1-06
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>92-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>184-00</b>

Калорийность-1174, Белки-47, Жиры-43, Углеводы-147

184-00

Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



25.04.2024 (четверг)

# 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	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	7-68
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-86
70	Комлета рыбная (кета) овз*	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	50-54
170	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-235, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-32	17-63
200	Компот из брусники овз	Калорийность-33, Углеводы-8	10-70
36	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-42
40	Хлеб бородинский овз	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-740, Белки-35, Жиры-23, Углеводы-100	<b>107-38</b>
<b>Полдник</b>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-07
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-70
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-38
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52	<b>59-18</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1117, Белки-48, Жиры-36, Углеводы-152	<b>166-56</b>

Директор

Потеряева 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)
<b>Комплекс</b>			
60	Икра морковная овз п/ф	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	7-68
200	Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-14	14-86
70	Комлета рыбная (кета) овз*	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	50-54
170	Макароны отварные с сыром овз	Калорийность-235, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-32	17-63
180	Компот из брусники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	9-63
45.5	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-108, Белки-3, Углеводы-23	3-08
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-681, Белки-32, Жиры-22, Углеводы-88	<b>103-42</b>
<b>Полдник</b>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке овз	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-07
200	Какао с молоком сгущенным овз	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-70
30	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
150	Яблоко овз	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-38
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52	<b>59-18</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 058, Белки-45, Жиры-35, Углеводы-140	<b>162-60</b>

Директор



Потеряева 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>Икра морковная овз п/ф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	12-81
250	<b>Суп фасолевый на курином бульоне п/ф овз</b>	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	18-57
70	<b>Комлета рыбная (кета) овз*</b>	Калорийность-115, Белки-12, Жиры-5, Углеводы-6	50-54
180	<b>Макароны отварные с сыром овз</b>	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	18-67
200	<b>Компот из брусники овз</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	10-70
32	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-16
20	<b>Хлеб бородинский овз</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-782, Белки-34, Жиры-26, Углеводы-100	<b>115-22</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Сыр твердых сортов в нарезке овз</b>	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	19-07
200	<b>Какао с молоком сгущенным овз</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	17-70
30	<b>Хлеб пшеничный овз</b>	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-03
225	<b>Яблоко овз</b>	Калорийность-100, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-22	30-58
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-410, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-59	<b>69-38</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1192, Белки-47, Жиры-39, Углеводы-159	<b>184-60</b>

Директор

Тюгерева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



