

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>			
20	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-7, Белки-1, Углеводы-1	5-03
55/55	Бефстроганов из отварной говядины п/ф н/шк*	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	57-33
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-49
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-82
32,5	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	2-58
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-576, Белки-29, Жиры-23, Углеводы-63	79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
20	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-4, Углеводы-1	4-06
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф н/шк	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	17-16
100	Тефтели из говядины и свинины с рисом п/ф н/шк*	Калорийность-268, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-8	37-30
20	Соус сметанный натуральный н/шк	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1	5-77
150	Рис припущенный с томатом н/шк	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-36	8-34
200	Компот из клубники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	4-73
24	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-89
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-705, Белки-25, Жиры-31, Углеводы-78	79-25
Итого за день		Калорийность-1 281, Белки-54, Жиры-54, Углеводы-141	158-50



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Меню "Многодетные 1-4 классы" Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
15	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
70/70	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-293, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-3	73-01
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-37
180	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-25, Углеводы-6	2-53
24	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-80
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-654, Белки-32, Жиры-28, Углеводы-66	94-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
30	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	6-10
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	17-09
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-74
100	Тефтели из говядины и свинины с рисом п/ф б/пл*	Калорийность-268, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-8	37-86
40	Соус сметанный натуральный б/пл	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-3	11-52
150	Рис припущенный с томатом б/пл	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-36	8-32
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-59
30	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-26
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-826, Белки-26, Жиры-38, Углеводы-92	94-25
Итого за день		Калорийность-1 480, Белки-58, Жиры-66, Углеводы-158	188-50



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар [Signature] Котомчина Т.А.

Калькулятор [Signature] 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	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
65/65	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-272, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-3	67-80
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-65
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-81
29	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-20
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	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-05
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	21-36
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-74
100	Тефтели из говядины и свинины с рисом п/ф б/пл*	Калорийность-268, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-8	37-86
20	Соус сметанный натуральный б/пл	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1	5-76
200	Рис припущенный с томатом б/пл	Калорийность-267, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-48	11-09
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-59
23,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-78
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

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

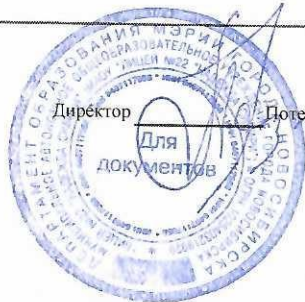
Калькулятор

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)
Комплекс			
60	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-71
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	17-01
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	62-71
150	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-37
200	Компот из клубники овз	Калорийность-29, Углеводы-7	4-61
28	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	1-89
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-802, Белки-35, Жиры-33, Углеводы-88	107-07
Полдник			
230	Банан овз	Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52	41-70
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	17-79
Итого за Полдник		Калорийность-341, Белки-4, Углеводы-82	59-49
Итого за день		Калорийность-1143, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-170	166-56



Директор Потеряева 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), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплексе</u>			
100	Икра свекольная овз п/ф	<i>Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11</i>	12-85
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	<i>Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17</i>	21-27
65/65	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	<i>Калорийность-272, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-3</i>	67-94
190	Каша гречневая рассыпчатая овз	<i>Калорийность-296, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-46</i>	14-41
200	Компот из клубники овз	<i>Калорийность-29, Углеводы-7</i>	4-61
24,5	Хлеб пшеничный овз	<i>Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12</i>	1-66
20	Хлеб бородинский овз	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-37
Итого за Комплексе		<i>Калорийность-954, Белки-41, Жиры-41, Углеводы-104</i>	125-11
<u>Полдник</u>			
230	Банан овз	<i>Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52</i>	41-70
180	Сок персиковый овз	<i>Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30</i>	17-79
Итого за Полдник		<i>Калорийность-341, Белки-4, Углеводы-82</i>	59-49
Итого за день		<i>Калорийность-1 295, Белки-45, Жиры-41, Углеводы-186</i>	184-60

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
15	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	3-77
65/65	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-272, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-3	67-80
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-65
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-81
29	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-20
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	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-05
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	21-36
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-74
100	Тефтели из говядины и свинины с рисом п/ф б/пл*	Калорийность-268, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-8	37-86
20	Соус сметанный натуральный б/пл	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1	5-76
200	Рис припущенный с томатом б/пл	Калорийность-267, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-48	11-09
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-59
23,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-78
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
		Калорийность-1 561, Белки-61, Жиры-66, Углеводы-179	



Директор

Потеряева 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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
20	Горошек зеленый н/шк	Калорийность-7, Белки-1, Углеводы-1	5-03
55/55	Бефстроганов из отварной говядины п/ф н/шк*	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	57-37
150	Каша гречневая рассыпчатая н/шк	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-49
200	Чай с лимоном и сахаром н/шк	Калорийность-28, Углеводы-7	2-81
32	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-55
Итого за Завтрак (1 смена)			79-25
<u>Обед (2 смена)</u>			
15	Помидор в нарезке н/шк	Калорийность-3, Углеводы-1	3-05
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф н/шк	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	17-11
100	Тефтели из говядины и свинины с рисом п/ф н/шк*	Калорийность-268, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-8	37-28
20	Соус сметанный натуральный н/шк	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1	5-77
150	Рис припущенный с томатом н/шк	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-36	8-32
200	Компот из клубники н/шк	Калорийность-29, Углеводы-7	4-76
37	Хлеб пшеничный н/шк	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	2-96
Итого за Обед (2 смена)			79-25
Итого за день			158-50
		Калорийность-1 309, Белки-54, Жиры-54, Углеводы-147	



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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	7-55
65/65	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-272, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-3	67-84
150	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-37
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-81
36	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	2-91
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	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-6, Углеводы-1	6-10
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	17-06
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-74
100	Тефтели из говядины и свинины с рисом п/ф б/пл*	Калорийность-268, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-8	37-96
40	Соус сметанный натуральный б/пл	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-3	11-53
150	Рис припущенный с томатом б/пл	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-36	8-30
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
25	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-02
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Обед (2 смена)			94-25
Итого за день			188-50
Калорийность-1 484, Белки-59, Жиры-64, Углеводы-163			



Директор

Полёряева 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>			
30	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	7-55
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	62-62
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-65
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-81
44,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	3-60
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	Помидор в нарезке б/пл	Калорийность-3, Углеводы-1	3-05
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф б/пл	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	21-33
20	Сметана 15% (б/пл)	Калорийность-28, Жиры-3, Углеводы-1	4-74
100	Тефтели из говядины и свинины с рисом п/ф б/пл*	Калорийность-268, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-8	37-96
20	Соус сметанный натуральный б/пл	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1	5-76
190	Рис припущенный с томатом б/пл	Калорийность-253, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-46	10-51
200	Компот из клубники б/пл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-77
26	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-11
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
<p>Калорийность-1 573, Белки-61, Жиры-65, Углеводы-187</p>			

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)
Комплекс			
60	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-74
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	17-13
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	62-58
150	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-37
180	Компот из клубники овз	Калорийность-26, Углеводы-7	4-23
23	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	1-84
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс		Калорийность-787, Белки-35, Жиры-33, Углеводы-85	106-66
Полдник			
230	Банан овз	Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52	41-40
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	18-50
Итого за Полдник		Калорийность-341, Белки-4, Углеводы-82	59-90
Итого за день		Калорийность-1 128, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-167	166-56

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)
<u>Комплекс</u>			
60	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	7-74
200	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-111, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13	17-13
55/55	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	57-37
150	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	11-37
180	Компот из клубники овз	Калорийность-26, Углеводы-7	4-23
39	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	3-09
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Комплекс			102-70
<u>Полдник</u>			
230	Банан овз	Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52	41-40
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	18-50
Итого за Полдник			59-90
Итого за день			162-60

Калорийность-1144, Белки-39, Жиры-31, Углеводы-175

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)
Комплекс			
100	Икра свекольная овз п/ф	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11	12-91
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне п/ф овз	Калорийность-139, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-17	21-42
65/65	Бефстроганов из отварной говядины п/ф овз*	Калорийность-272, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-3	67-80
180	Каша гречневая рассыпчатая овз	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-65
180	Компот из клубники овз	Калорийность-26, Углеводы-7	4-23
29	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-32
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-37
Итого за Комплекс			124-70
Полдник			
230	Банан овз	Калорийность-220, Белки-3, Углеводы-52	41-40
180	Сок персиковый овз	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	18-50
Итого за Полдник			59-90
Итого за день			184-60
<small>Калорийность-1 285, Белки-45, Жиры-41, Углеводы-185</small>			



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Меню "СВО и мобилизованные" Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (1 смена)			
30	Горошек зеленый б/пл	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	7-55
60/60	Бефстроганов из отварной говядины п/ф б/пл*	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	62-62
180	Каша гречневая рассыпчатая б/пл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	13-65
200	Чай с лимоном и сахаром б/пл	Калорийность-28, Углеводы-7	2-81
44,5	Хлеб пшеничный б/пл	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-22	3-60
20	Хлеб бородинский б/пл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-77
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-715, Белки-33, Жиры-27, Углеводы-85	92-00
Итого за день		Калорийность-715, Белки-33, Жиры-27, Углеводы-85	92-00

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.

