

Многодетные, СВО 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>			
20	Кукуруза сахарная бпл	<i>Калорийность-10, Углеводы-2</i>	8-20
70	Гуляш из говядины бпл пф	<i>Калорийность-162, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-3</i>	59-12
180	Рис отварной бпл	<i>Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44</i>	17-59
200	Напиток из шиповника бпл	<i>Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15</i>	6-89
26	Хлеб пшеничный бпл	<i>Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13</i>	2-13
20	Хлеб бородинский бпл	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	2-07
Итого за Завтрак (1 смена)			96-00
Итого за день			96-00

Директор

Иванова Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

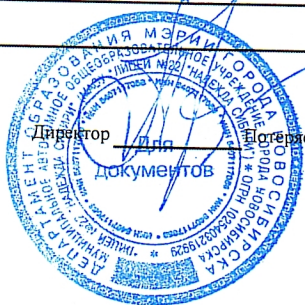
Калькулятор

Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 5-11 классы от 12 лет Сов.63

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 пф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	23-27
250	Суп гороховый овз пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-92
80	Гуляш из говядины овз пф	Калорийность-186, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-3	66-00
180	Рис отварной овз	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	16-93
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-08
24	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-97
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-08
Итого за Комплекс		Калорийность-802, Белки-28, Жиры-29, Углеводы-106	127-25
Полдник			
180	Апельсин овз	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-15	43-75
200	Сок яблочный овз	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	23-00
Итого за Полдник		Калорийность-155, Белки-3, Углеводы-35	66-75
Итого за день		Калорийность-957, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-141	194-00



Директор

Документов

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Многодетные, СВО 1-11 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>			
20	Кукуруза сахарная бпл	Калорийность-10, Углеводы-2	8-20
70	Гуляш из говядины бпл пф	Калорийность-162, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-3	58-71
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	17-13
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-89
36	Хлеб пшеничный бпл	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	3-00
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-07
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-605, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-90	96-00
Итого за день		Калорийность-605, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-90	96-00



Директор _____ Потарьева И.В.

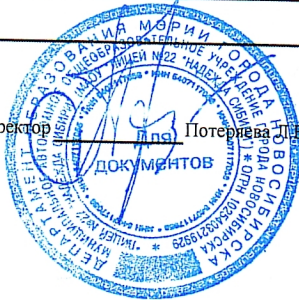
Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.

ОВЗ и инв. 5-11 классы от 12 лет Чапл.59

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 пф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	23-30
250	Суп гороховый овз пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	8-48
80	Гуляш из говядины овз пф	Калорийность-186, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-3	64-64
200	Рис отварной овз	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	18-85
200	Компот из кураги овз	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	7-08
31	Хлеб пшеничный овз	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-50
20	Хлеб бородинский овз	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-07
Итого за Комплекс		Калорийность-846, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-114	126-92
<u>Полдник</u>			
180	Апельсин овз	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-15	44-08
200	Сок яблочный овз	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	23-00
Итого за Полдник		Калорийность-155, Белки-3, Углеводы-35	67-08
Итого за день		Калорийность-1 001, Белки-32, Жиры-29, Углеводы-149	194-00

Директор



Потеряна Д.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Брованова Н.В.