

13.12.2025 (суббота)

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>			
30	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-1	4-46
75	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-157, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-2	57-81
200	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	25-62
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	5-64
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-47
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-559, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-67	96-00
Итого за день		Калорийность-559, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-67	96-00



Директор

Потеряева 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)
<u>Комплекс</u>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	13-52
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-08
105	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-220, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-2	80-94
180	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-05
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-00
25,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-91
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-01
Итого за Комплекс		Калорийность-812, Белки-34, Жиры-34, Углеводы-88	141-51
<u>Полдник</u>			
200	Банан бпл	Калорийность-191, Белки-3, Углеводы-45	32-70
180	Сок яблочный бпл	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18	19-79
Итого за Полдник		Калорийность-269, Белки-4, Углеводы-63	52-49
Итого за день		Калорийность-1 081, Белки-38, Жиры-34, Углеводы-151	194-00
Для документов Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.			



13.12.2025 (суббота)

Многодетные, СВО 5-11 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (1 смена)			
30	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-1	4-48
75	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-157, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-2	57-82
200	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	25-60
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-15	5-61
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-49
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-559, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-67	96-00
Итого за день		Калорийность-559, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-67	96-00



Директор Потеряева Л.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 бпл пф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	13-56
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-07
105	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-220, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-2	80-96
180	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-04
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	9-94
16,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-91
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-791, Белки-33, Жиры-34, Углеводы-83	140-48
<u>Полдник</u>			
200	Банан бпл	Калорийность-191, Белки-3, Углеводы-45	31-82
200	Сок яблочный бпл	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	21-70
Итого за Полдник		Калорийность-278, Белки-4, Углеводы-65	53-52
Итого за день		Калорийность-1 069, Белки-37, Жиры-34, Углеводы-148	194-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

