

1-4 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак (1 смена)

35	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	29-66
250	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-231, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-36	28-83
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	15-00
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-23
31	Батон нарезной бпл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	3-54
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-629, Белки-21, Жиры-21, Углеводы-88	97-26

Обед (2 смена)

60	Винегрет с растительным маслом бпл нф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-65
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл нф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	10-27
80	Тефтели рыбные (кета) бпл нф	Калорийность-172, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-10	55-96
30	Соус белый основной бпл нф	Калорийность-19, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	4-97
160	Макароны отварные бпл	Калорийность-210, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-35	10-87
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-17
20,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-37
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-628, Белки-25, Жиры-26, Углеводы-72	97-26

Итого за день Калорийность-1 257, Белки-46, Жиры-47, Углеводы-160 **194-52**

Директор

Потеряева П.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



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>			
35	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	29-66
250	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-231, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-36	28-83
15	Масло сливочное (порциями) бпл	Калорийность-112, Жиры-12	17-08
180	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	13-50
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-23
15	Батон нарезной бпл	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-70
Итого за Завтрак (1 смена)			111-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-76
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	12-84
80	Тефтели рыбные (кета) бпл пф	Калорийность-172, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-10	55-96
50	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-31, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2	8-28
200	Макароны отварные бпл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	13-59
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-17
21	Батон нарезной бпл	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-40
Итого за Обед (2 смена)			111-00
Итого за день			222-00



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

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)
--------------	--------------------	--	-------------------------------

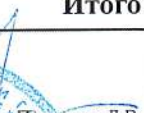
Завтрак (1 смена)

35	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-125, Белки-8, Жиры-10	29-66
260	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-240, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-37	29-99
180	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	13-50
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-23
23	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-62
Итого за Завтрак (1 смена)			96-00

Обед (2 смена)

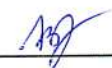
60	Винегрет с растительным маслом бпл нф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-65
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл нф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	12-84
80	Тефтели рыбные (кета) бпл нф	Калорийность-172, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-10	55-96
180	Макароны отварные бпл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	12-23
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-17
19	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-15
Итого за Обед (2 смена)			96-00

Итого за день Калорийность-1 255, Белки-44, Жиры-48, Углеводы-159 **192-00**

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар 

Котомчина Т.А.

Калькулятор 

Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 1-4 классы 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	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-65
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	10-27
120	Тефтели рыбные (кета) бпл пф	Калорийность-258, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-15	83-94
30	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-19, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	4-97
150	Макароны отварные бпл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	10-19
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-17
16	Батон нарезной бпл	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8	1-83
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-99
Итого за Комплекс		Калорийность-730, Белки-30, Жиры-31, Углеводы-81	126-01

Полдник

30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	15-00
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-45
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-23
Итого за Полдник		Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52	64-10

Итого за день Калорийность-1 107, Белки-43, Жиры-44, Углеводы-133 190-11

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	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-76
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	12-84
120	Тефтели рыбные (кета) бпл пф	Калорийность-258, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-15	83-94
40	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-25, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2	6-62
180	Макароны отварные бпл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	12-23
200	Чай с клюквой и сахаром бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-90
19,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-24
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-99
Итого за Комплекс		Калорийность-837, Белки-32, Жиры-37, Углеводы-95	139-52
<u>Полдник</u>			
20	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	16-95
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	15-00
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-30
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-23
Итого за Полдник		Калорийность-319, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-47	54-48
Итого за день		Калорийность-1 156, Белки-43, Жиры-47, Углеводы-142	194-00



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

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>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-90
260	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-240, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-37	30-02
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	14-76
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-23
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-35
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-651, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-88	102-26
<u>Обед (2 смена)</u>			
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-66
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	10-27
90	Тефтели рыбные (кета) бпл пф	Калорийность-194, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-11	63-13
25	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-16, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	4-14
150	Макароны отварные бпл	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	10-19
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-12
15	Батон нарезной бпл	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-75
Итого за Обед (2 смена)		Калорийность-620, Белки-24, Жиры-27, Углеводы-68	102-26
Итого за день		Калорийность-1 271, Белки-46, Жиры-50, Углеводы-156	204-52



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

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>			
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-90
260	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-240, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-37	30-02
12,5	Масло сливочное (порциями) бпл	Калорийность-97, Жиры-11	14-79
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	14-76
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-23
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-30
Итого за Завтрак (1 смена)			Калорийность-727, Белки-22, Жиры-34, Углеводы-84 116-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
100	Винегрет с растительным маслом бпл нф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-77
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл нф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	12-84
90	Тефтели рыбные (кета) бпл нф	Калорийность-194, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-11	63-13
50	Соус белый основной бпл нф	Калорийность-31, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2	8-28
170	Макароны отварные бпл	Калорийность-223, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-37	11-56
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-12
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-30
Итого за Обед (2 смена)			Калорийность-736, Белки-26, Жиры-34, Углеводы-81 116-00
Итого за день			Калорийность-1463, Белки-48, Жиры-68, Углеводы-165 232-00



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Многодетные 1-4 классы Чапл.59 /аллергия

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
60	Помидор в нарезке бпл	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2	8-74
115	Рыба тушеная в томате с овощами (кета) бпл пф	Калорийность-220, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-7	95-59
150	Каша гречневая рассыпчатая с растительным маслом бпл	Калорийность-248, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-36	4-22
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-27, Углеводы-6	1-13
75	Булочка с маком бпл	Калорийность-206, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-41	3-25
31	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	3-07
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-775, Белки-36, Жиры-23, Углеводы-104	116-00
Итого за день		Калорийность-775, Белки-36, Жиры-23, Углеводы-104	116-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42
290	Каша жидкая молочная рисовая бпл	Калорийность-268, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-42	33-48
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	14-76
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-23
18,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-11
Итого за Завтрак (1 смена)			Калорийность-620, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-88 96-00
<u>Обед (2 смена)</u>			
80	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-89, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-5	10-21
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	12-84
75	Тефтели рыбные (кета) бпл пф	Калорийность-162, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-10	52-61
200	Макароны отварные бпл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	13-59
180	Компот из облепихи бпл	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-61
18,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-14
Итого за Обед (2 смена)			Калорийность-683, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-82 96-00
Итого за день			Калорийность-1 303, Белки-43, Жиры-50, Углеводы-170 192-00



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

ОВЗ и инв. 1-4 классы 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	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-66
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	10-27
120	Тефтели рыбные (кета) бпл пф	Калорийность-258, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-15	84-18
50	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-31, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2	8-28
170	Макароны отварные бпл	Калорийность-223, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-37	11-55
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-12
19	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-19
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-775, Белки-31, Жиры-33, Углеводы-87	131-25
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	14-76
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-45
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-23
Итого за Полдник		Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52	63-86
Итого за день		Калорийность-1152, Белки-44, Жиры-46, Углеводы-139	195-11

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар _____

Шаланова Е.Е.

Калькулятор _____

Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 1-4 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	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-77
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	12-84
120	Тефтели рыбные (кета) бпл пф	Калорийность-258, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-15	84-18
50	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-31, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2	8-28
200	Макароны отварные бпл	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	13-59
200	Чай с клюквой и сахаром бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-92
25	Батон нарезной бпл	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-88
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-881, Белки-33, Жиры-38, Углеводы-102	143-46
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	14-76
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-45
230	Яблоко бпл	Калорийность-102, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23	31-02
Итого за Полдник		Калорийность-412, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-60	74-65
Итого за день		Калорийность-1 293, Белки-46, Жиры-51, Углеводы-162	218-11

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 5-11 классы 7-11 лет Чанл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс</u>			
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-66
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	10-27
90	Тефтели рыбные (кета) бпл пф	Калорийность-194, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-11	63-13
25	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-16, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	4-14
180	Макароны отварные бпл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	12-23
200	Компот из облепихи бпл	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-12
22,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-59
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-718, Белки-27, Жиры-28, Углеводы-86	107-14
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	14-76
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-45
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	20-23
Итого за Полдник		Калорийность-377, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-52	63-86
Итого за день		Калорийность-1 095, Белки-40, Жиры-41, Углеводы-138	171-00

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	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс</u>			
100	Винегрет с растительным маслом бпл нф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-77
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл нф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	12-84
90	Тефтели рыбные (кета) бпл нф	Калорийность-194, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-11	63-13
50	Соус белый основной бпл нф	Калорийность-31, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2	8-28
220	Макароны отварные бпл	Калорийность-289, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-48	14-95
200	Чай с клюквой и сахаром бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	6-92
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-50
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-837, Белки-29, Жиры-34, Углеводы-101	123-39
<u>Полдник</u>			
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	25-42
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	14-76
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-45
200	Яблоко бпл	Калорийность-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	26-98
Итого за Полдник		Калорийность-399, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-57	70-61
Итого за день		Калорийность-1 236, Белки-42, Жиры-47, Углеводы-158	194-00

Директор

Потеряев Д.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

