

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	<i>Перец болгарский в нарезке бпл</i>	<i>Калорийность-8, Углеводы-1</i>	<i>4-40</i>
75	<i>Бефстроганов из отварной говядины бпл пф</i>	<i>Калорийность-157, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-2</i>	<i>57-88</i>
200	<i>Макароны отварные с сыром бпл</i>	<i>Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38</i>	<i>25-59</i>
200	<i>Напиток из шиповника бпл</i>	<i>Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15</i>	<i>5-46</i>
23	<i>Батон нарезной бпл</i>	<i>Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11</i>	<i>2-67</i>
Итого за Завтрак (1 смена)		<i>Калорийность-561, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-67</i>	<i>96-00</i>
Итого за день		<i>Калорийность-561, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-67</i>	<i>96-00</i>

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	13-14
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-05
105	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-220, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-2	81-03
190	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-263, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-36	24-31
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	9-95
25,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-95
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-826, Белки-35, Жиры-35, Углеводы-90	142-43
<u>Полдник</u>			
200	Банан бпл	Калорийность-191, Белки-3, Углеводы-45	32-12
180	Сок яблочный бпл	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18	19-45
Итого за Полдник		Калорийность-269, Белки-4, Углеводы-63	51-57
Итого за день		Калорийность-1 095, Белки-39, Жиры-35, Углеводы-153	194-00

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-1	4-40
75	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-157, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-2	57-88
200	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-277, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-38	25-63
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	5-47
23	Батон нарезной бпл	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-62
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-561, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-67	96-00
Итого за день		Калорийность-561, 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)
Комплекс			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	13-14
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-04
100	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	77-18
180	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-07
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	9-95
30,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	3-49
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-00
Итого за Комплекс		Калорийность-813, Белки-33, Жиры-34, Углеводы-90	137-87
Полдник			
200	Банан бпл	Калорийность-191, Белки-3, Углеводы-45	34-53
200	Сок яблочный бпл	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	21-60
Итого за Полдник		Калорийность-278, Белки-4, Углеводы-65	56-13
Итого за день		Калорийность-1 091, Белки-37, Жиры-34, Углеводы-155	194-00



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Handwritten signature

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Handwritten signature

Брованова Н.В.