

## 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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
30	<b>Перец болгарский в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-8, Углеводы-1</i>	<b>10-17</b>
90	<b>Бефстроганов из отварной говядины бпл пф</b>	<i>Калорийность-188, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-2</i>	<b>61-66</b>
180	<b>Макароньы отварные с сыром бпл</b>	<i>Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34</i>	<b>23-57</b>
200	<b>Напиток из шиповника бпл</b>	<i>Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15</i>	<b>6-69</b>
24	<b>Батон нарезной бпл</b>	<i>Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12</i>	<b>2-91</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		<i>Калорийность-566, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-64</i>	<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>		<i>Калорийность-566, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-64</i>	<b>105-00</b>

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)
<b><u>Комплекс</u></b>			
100	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф</b>	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	23-30
250	<b>Суп гороховый бпл пф</b>	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-75
120	<b>Бефстроганов из отварной говядины бпл пф</b>	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	82-22
180	<b>Макаронны отварные с сыром бпл</b>	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-57
200	<b>Компот из брусники бпл</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
25,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	3-11
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-843, Белки-36, Жиры-37, Углеводы-89	<b>154-80</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
210	<b>Банан бпл</b>	Калорийность-201, Белки-3, Углеводы-47	37-80
200	<b>Сок яблочный бпл</b>	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	24-60
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-288, Белки-4, Углеводы-67	<b>62-40</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1131, Белки-40, Жиры-37, Углеводы-156	<b>217-20</b>

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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
30	<b>Перец болгарский в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-8, Углеводы-1</i>	<b>10-17</b>
90	<b>Бефстроганов из отварной говядины бпл пф</b>	<i>Калорийность-188, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-2</i>	<b>61-66</b>
180	<b>Макароны отварные с сыром бпл</b>	<i>Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34</i>	<b>23-57</b>
200	<b>Напиток из шиповника бпл</b>	<i>Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15</i>	<b>6-69</b>
24	<b>Батон нарезной бпл</b>	<i>Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12</i>	<b>2-91</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>105-00</b>

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)
<b><u>Комплекс</u></b>			
100	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф</b>	<i>Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3</i>	<b>23-30</b>
250	<b>Суп гороховый бпл пф</b>	<i>Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20</i>	<b>9-75</b>
120	<b>Бефстроганов из отварной говядины бпл пф</b>	<i>Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3</i>	<b>82-23</b>
180	<b>Макароны отварные с сыром бпл</b>	<i>Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34</i>	<b>23-57</b>
200	<b>Компот из брусники бпл</b>	<i>Калорийность-33, Углеводы-8</i>	<b>10-65</b>
25,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	<i>Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13</i>	<b>3-10</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		<i>Калорийность-843, Белки-36, Жиры-37, Углеводы-89</i>	<b>154-80</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
210	<b>Банан бпл</b>	<i>Калорийность-201, Белки-3, Углеводы-47</i>	<b>37-80</b>
200	<b>Сок яблочный бпл</b>	<i>Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20</i>	<b>24-60</b>
<b>Итого за Полдник</b>		<i>Калорийность-288, Белки-4, Углеводы-67</i>	<b>62-40</b>
<b>Итого за день</b>		<i>Калорийность-1 131, Белки-40, Жиры-37, Углеводы-156</i>	<b>217-20</b>

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.

