

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> | | | |
| 25 | Сыр твердых сортов в нарезке бпл | Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7 | 21-32 |
| 200 | Каша жидкая молочная рисовая бпл | Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29 | 23-42 |
| 200 | Какао с молоком сгущенным бпл | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 22-66 |
| 140 | Яблоко бпл | Калорийность-62, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14 | 21-00 |
| 24,5 | Батон нарезной бпл | Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12 | 3-00 |
| Итого за Завтрак (1 смена) | | | 91-40 |
| <u>Обед (2 смена)</u> | | | |
| 60 | Винегрет с растительным маслом бпл пф | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4 | 8-09 |
| 200 | Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф | Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5 | 11-18 |
| 50 | Тефтели рыбные (кета) бпл пф | Калорийность-108, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-6 | 48-62 |
| 30 | Соус белый основной бпл пф | Калорийность-19, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1 | 4-69 |
| 150 | Макароны отварные бпл | Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33 | 10-69 |
| 200 | Компот из облепихи бпл | Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7 | 5-51 |
| 21,5 | Батон нарезной бпл | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11 | 2-62 |
| Итого за Обед (2 смена) | | | 91-40 |
| Итого за день | | | 182-80 |

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

Многодетные, СВО 1-11 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> | | | |
| 25 | Сыр твердых сортов в нарезке бпл | Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7 | 21-32 |
| 220 | Каша жидкая молочная рисовая бпл | Калорийность-203, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32 | 25-76 |
| 10 | Масло сливочное (порциями) бпл | Калорийность-75, Жиры-8 | 11-66 |
| 200 | Какао с молоком сгущенным бпл | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 22-66 |
| 140 | Яблоко бпл | Калорийность-62, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14 | 21-00 |
| 21 | Батон нарезной бпл | Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10 | 2-60 |
| Итого за Завтрак (1 смена) | | | 105-00 |
| <u>Обед (2 смена)</u> | | | |
| 100 | Винегрет с растительным маслом бпл пф | Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7 | 13-49 |
| 250 | Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф | Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7 | 13-97 |
| 50 | Тефтели рыбные (кета) бпл пф | Калорийность-108, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-6 | 48-62 |
| 30 | Соус белый основной бпл пф | Калорийность-19, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1 | 4-69 |
| 220 | Макароны отварные бпл | Калорийность-289, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-48 | 15-68 |
| 200 | Компот из облепихи бпл | Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7 | 5-51 |
| 25 | Батон нарезной бпл | Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12 | 3-04 |
| Итого за Обед (2 смена) | | | 105-00 |
| Итого за день | | | 210-00 |
| Калорийность-1 328, Белки-40, Жиры-55, Углеводы-166 | | | |

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

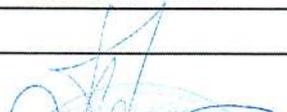
Калькулятор

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) |
|--------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>Комплекс</u> | | | |
| 60 | Винегрет с растительным маслом бпл пф | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4 | 8-09 |
| 200 | Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф | Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5 | 11-18 |
| 100 | Тефтели рыбные (кета) бпл пф | Калорийность-215, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-13 | 97-25 |
| 20 | Соус белый основной бпл пф | Калорийность-13, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1 | 3-12 |
| 150 | Макароны отварные бпл | Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33 | 10-69 |
| 200 | Компот из облепихи бпл | Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7 | 5-51 |
| 16,5 | Батон нарезной бпл | Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8 | 2-01 |
| 20 | Хлеб бородинский бпл | Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8 | 2-20 |
| Итого за Комплекс | | Калорийность-683, Белки-27, Жиры-28, Углеводы-79 | 140-05 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 15 | Сыр твердых сортов в нарезке бпл | Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4 | 12-79 |
| 180 | Какао с молоком сгущенным бпл | Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20 | 20-40 |
| 15 | Батон нарезной бпл | Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7 | 1-83 |
| 140 | Яблоко бпл | Калорийность-62, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14 | 21-00 |
| Итого за Полдник | | Калорийность-271, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-41 | 56-02 |
| Итого за день | | Калорийность-954, Белки-35, Жиры-36, Углеводы-120 | 196-07 |

 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 | 13-49 |
| 250 | Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф | Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7 | 13-97 |
| 100 | Тефтели рыбные (кета) бпл пф | Калорийность-215, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-13 | 97-25 |
| 40 | Соус белый основной бпл пф | Калорийность-25, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2 | 6-25 |
| 220 | Макароны отварные бпл | Калорийность-289, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-48 | 15-68 |
| 200 | Чай с клюквой и сахаром бпл | Калорийность-29, Углеводы-7 | 7-57 |
| 20,5 | Батон нарезной бпл | Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10 | 2-51 |
| 20 | Хлеб бородинский бпл | Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8 | 2-20 |
| Итого за Комплекс | | Калорийность-849, Белки-31, Жиры-35, Углеводы-102 | 158-92 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 15 | Сыр твердых сортов в нарезке бпл | Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4 | 12-79 |
| 200 | Какао с молоком сгущенным бпл | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 22-66 |
| 15 | Батон нарезной бпл | Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7 | 1-83 |
| 140 | Яблоко бпл | Калорийность-62, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14 | 21-00 |
| Итого за Полдник | | Калорийность-284, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-43 | 58-28 |
| Итого за день | | Калорийность-1133, Белки-39, Жиры-43, Углеводы-145 | 217-20 |

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> | | | |
| 25 | Сыр твердых сортов в нарезке бпл | <i>Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7</i> | 21-32 |
| 200 | Каша жидкая молочная рисовая бпл | <i>Калорийность-183, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29</i> | 23-42 |
| 200 | Какао с молоком сгущенным бпл | <i>Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22</i> | 22-66 |
| 140 | Яблоко бпл | <i>Калорийность-62, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14</i> | 21-00 |
| 24,5 | Батон нарезной бпл | <i>Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12</i> | 3-00 |
| Итого за Завтрак (1 смена) | | <i>Калорийность-529, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-77</i> | 91-40 |
| <u>Обед (2 смена)</u> | | | |
| 60 | Винегрет с растительным маслом бпл пф | <i>Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4</i> | 8-09 |
| 200 | Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф | <i>Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5</i> | 11-18 |
| 50 | Тефтели рыбные (кета) бпл пф | <i>Калорийность-108, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-6</i> | 48-62 |
| 30 | Соус белый основной бпл пф | <i>Калорийность-19, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1</i> | 4-69 |
| 150 | Макароны отварные бпл | <i>Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33</i> | 10-69 |
| 200 | Компот из облепихи бпл | <i>Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7</i> | 5-51 |
| 21,5 | Батон нарезной бпл | <i>Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11</i> | 2-62 |
| Итого за Обед (2 смена) | | <i>Калорийность-554, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-67</i> | 91-40 |
| Итого за день | | <i>Калорийность-1 083, Белки-36, Жиры-39, Углеводы-144</i> | 182-80 |

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  Брованова Н.В.



Многодетные, СВО 1-11 классы Чапл.59

| Выход (г) | Наименование блюда | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>Завтрак (1 смена)</u> | | | |
| 25 | Сыр твердых сортов в нарезке бпл | Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7 | 21-32 |
| 220 | Каша жидкая молочная рисовая бпл | Калорийность-203, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32 | 25-76 |
| 10 | Масло сливочное (порциями) бпл | Калорийность-75, Жиры-8 | 11-66 |
| 200 | Какао с молоком сгущенным бпл | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 22-66 |
| 140 | Яблоко бпл | Калорийность-62, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14 | 21-00 |
| 21 | Батон нарезной бпл | Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10 | 2-60 |
| Итого за Завтрак (1 смена) | | Калорийность-612, Белки-18, Жиры-25, Углеводы-78 | 105-00 |
| <u>Обед (2 смена)</u> | | | |
| 100 | Винегрет с растительным маслом бпл пф | Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7 | 13-49 |
| 250 | Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф | Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7 | 13-97 |
| 50 | Тефтели рыбные (кета) бпл пф | Калорийность-108, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-6 | 48-62 |
| 30 | Соус белый основной бпл пф | Калорийность-19, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1 | 4-69 |
| 220 | Макароны отварные бпл | Калорийность-289, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-48 | 15-68 |
| 200 | Компот из облепихи бпл | Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7 | 5-51 |
| 25 | Батон нарезной бпл | Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12 | 3-04 |
| Итого за Обед (2 смена) | | Калорийность-716, Белки-22, Жиры-30, Углеводы-88 | 105-00 |
| Итого за день | | Калорийность-1 328, Белки-40, Жиры-55, Углеводы-166 | 210-00 |

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> | | | |
| 25 | Помидор в нарезке бпл | <i>Калорийность-5, Углеводы-1</i> | 7-06 |
| 75 | Рыба тушеная в томате с овощами (кета) бпл пф | <i>Калорийность-143, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-5</i> | 86-20 |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая с растительным маслом бпл | <i>Калорийность-248, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-36</i> | 5-20 |
| 200 | Чай с сахаром бпл | <i>Калорийность-27, Углеводы-6</i> | 1-43 |
| 50 | Булочка с маком бпл | <i>Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27</i> | 2-58 |
| 23 | Хлеб бородинский бпл | <i>Калорийность-46, Белки-2, Углеводы-9</i> | 2-53 |
| Итого за Завтрак (1 смена) | | | 105-00 |
| Итого за день | | | 105-00 |

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 | 8-09 |
| 200 | Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф | Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5 | 11-18 |
| 100 | Тефтели рыбные (кета) бпл пф | Калорийность-215, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-13 | 97-25 |
| 20 | Соус белый основной бпл пф | Калорийность-13, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1 | 3-12 |
| 150 | Макароны отварные бпл | Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33 | 10-69 |
| 200 | Компот из облепихи бпл | Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7 | 5-51 |
| 16,5 | Батон нарезной бпл | Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8 | 2-01 |
| 20 | Хлеб бородинский бпл | Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8 | 2-20 |
| Итого за Комплекс | | Калорийность-683, Белки-27, Жиры-28, Углеводы-79 | 140-05 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 15 | Сыр твердых сортов в нарезке бпл | Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4 | 12-79 |
| 180 | Какао с молоком сгущенным бпл | Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20 | 20-40 |
| 15 | Батон нарезной бпл | Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7 | 1-83 |
| 140 | Яблоко бпл | Калорийность-62, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14 | 21-00 |
| Итого за Полдник | | Калорийность-271, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-41 | 56-02 |
| Итого за день | | Калорийность-954, Белки-35, Жиры-36, Углеводы-120 | 196-07 |

Директор _____ Потеряева Л.В.

 Шеф-повар Шаланова Е.Е. Шаланова Е.Е.

 Калькулятор Брованова Н.В. 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 | 13-49 |
| 250 | Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф | Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7 | 13-97 |
| 100 | Тефтели рыбные (кета) бпл пф | Калорийность-215, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-13 | 97-25 |
| 50 | Соус белый основной бпл пф | Калорийность-31, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2 | 7-81 |
| 220 | Макароны отварные бпл | Калорийность-289, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-48 | 15-69 |
| 200 | Чай с клюквой и сахаром бпл | Калорийность-29, Углеводы-7 | 7-57 |
| 27 | Батон нарезной бпл | Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13 | 3-31 |
| 40 | Хлеб бородинский бпл | Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16 | 4-40 |
| Итого за Комплекс | | Калорийность-908, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-113 | 163-49 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 15 | Сыр твердых сортов в нарезке бпл | Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4 | 12-79 |
| 200 | Какао с молоком сгущенным бпл | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 22-66 |
| 15 | Батон нарезной бпл | Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7 | 1-83 |
| 140 | Яблоко бпл | Калорийность-62, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14 | 21-00 |
| Итого за Полдник | | Калорийность-284, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-43 | 58-28 |
| Итого за день | | Калорийность-1192, Белки-41, Жиры-44, Углеводы-156 | 221-77 |

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



ОВЗ и инв. 5-11 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 | 8-09 |
| 200 | Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф | Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5 | 11-18 |
| 100 | Тефтели рыбные (кета) бпл пф | Калорийность-215, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-13 | 97-25 |
| 20 | Соус белый основной бпл пф | Калорийность-13, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1 | 3-12 |
| 150 | Макароны отварные бпл | Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33 | 10-69 |
| 200 | Компот из облепихи бпл | Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7 | 5-51 |
| 28 | Батон нарезной бпл | Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14 | 3-44 |
| 20 | Хлеб бородинский бпл | Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8 | 2-20 |
| Итого за Комплекс | | Калорийность-709, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-85 | 141-48 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 15 | Сыр твердых сортов в нарезке бпл | Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4 | 12-79 |
| 180 | Какао с молоком сгущенным бпл | Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20 | 20-40 |
| 15 | Батон нарезной бпл | Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7 | 1-83 |
| 100 | Яблоко бпл | Калорийность-44, Углеводы-10 | 15-00 |
| Итого за Полдник | | Калорийность-253, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-37 | 50-02 |
| Итого за день | | Калорийность-962, Белки-35, Жиры-35, Углеводы-122 | 191-50 |

Директор  Потеряева Д.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 | Винегрет с растительным маслом бпл пф | Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7 | 13-49 |
| 250 | Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф | Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7 | 13-97 |
| 100 | Тефтели рыбные (кета) бпл пф | Калорийность-215, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-13 | 97-25 |
| 40 | Соус белый основной бпл пф | Калорийность-25, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2 | 6-25 |
| 220 | Макароны отварные бпл | Калорийность-289, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-48 | 15-68 |
| 200 | Чай с клюквой и сахаром бпл | Калорийность-29, Углеводы-7 | 7-57 |
| 20,5 | Батон нарезной бпл | Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10 | 2-51 |
| 20 | Хлеб бородинский бпл | Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8 | 2-20 |
| Итого за Комплекс | | Калорийность-849, Белки-31, Жиры-35, Углеводы-102 | 158-92 |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 15 | Сыр твердых сортов в нарезке бпл | Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4 | 12-79 |
| 200 | Какао с молоком сгущенным бпл | Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 22-66 |
| 15 | Батон нарезной бпл | Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7 | 1-83 |
| 140 | Яблоко бпл | Калорийность-62, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14 | 21-00 |
| Итого за Полдник | | Калорийность-284, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-43 | 58-28 |
| Итого за день | | Калорийность-1133, Белки-39, Жиры-43, Углеводы-145 | 217-20 |

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е.

Калькулятор _____ Брованова Н.В.

