



**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
115	<b>Гуляш из говядины бпл пф</b>	Калорийность-267, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-4	85-66
200	<b>Рис отварной бпл</b>	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	17-01
200	<b>Чай с брусникой и сахаром бпл</b>	Калорийность-31, Углеводы-7	7-45
18,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-23
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс</b>		Калорийность-863, Белки-33, Жиры-33, Углеводы-100	<b>147-60</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
250	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	45-00
200	<b>Сок яблочный бпл</b>	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	24-60
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-182, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-40	<b>69-60</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 045, Белки-36, Жиры-36, Углеводы-140	<b>217-20</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

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	<i>Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф</i>	<i>Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3</i>	<b>23-30</b>
250	<i>Суп гороховый бпл пф</i>	<i>Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20</i>	<b>9-75</b>
115	<i>Гуляш из говядины бпл пф</i>	<i>Калорийность-267, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-4</i>	<b>85-66</b>
200	<i>Рис отварной бпл</i>	<i>Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49</i>	<b>17-01</b>
200	<i>Чай с брусникой и сахаром бпл</i>	<i>Калорийность-31, Углеводы-7</i>	<b>7-45</b>
18,5	<i>Батон нарезной бпл</i>	<i>Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9</i>	<b>2-23</b>
20	<i>Хлеб бородинский бпл</i>	<i>Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8</i>	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс</b>		<i>Калорийность-863, Белки-33, Жиры-35, Углеводы-100</i>	<b>147-60</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
250	<i>Апельсин бпл</i>	<i>Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20</i>	<b>45-00</b>
200	<i>Сок яблочный бпл</i>	<i>Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20</i>	<b>24-60</b>
<b>Итого за Полдник</b>		<i>Калорийность-182, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-40</i>	<b>69-60</b>
<b>Итого за день</b>		<i>Калорийность-1 045, Белки-36, Жиры-36, Углеводы-140</i>	<b>217-20</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

