

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

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	23-31
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-76
120	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	82-22
180	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-57
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
25,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	3-09
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс			154-80
<u>Полдник</u>			
210	Банан бпл	Калорийность-201, Белки-3, Углеводы-47	37-80
200	Сок яблочный бпл	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	24-60
Итого за Полдник			62-40*
Итого за день			217-20

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

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

Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В.

