

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)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак (1 смена)

30	Кукуруза сахарная бпл	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3	13-40
95	Гуляш из говядины бпл пф	Калорийность-220, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4	67-31
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	15-31
180	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-02
24	Батон нарезной бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-96
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-595, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-77	105-00
Итого за день		Калорийность-595, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-77	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 (1 и 2 смена)</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	9-75
120	Гуляш из говядины бпл пф	Калорийность-278, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-5	85-03
200	Рис отварной бпл	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	17-01
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	7-45
23,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-86
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-885, Белки-34, Жиры-36, Углеводы-104	147-60
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	45-00
200	Сок яблочный бпл	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	24-60
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-182, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-40	69-60
Итого за день		Калорийность-1 067, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-144	217-20

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Коч Котомчина Т.А.

Калькулятор Б 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	Кукуруза сахарная бпл	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3	13-40
95	Гуляш из говядины бпл пф	Калорийность-220, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4	67-98
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	15-30
180	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-02
19	Батон нарезной бпл	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-30
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-584, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-74	105-00
Итого за день		Калорийность-584, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-74	105-00

Директор



Потеряева Л.В.

Шеф-повар

[Handwritten signature]

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

[Handwritten signature]

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 (1 и 2 смена)</u>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	23-29
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	9-72
120	Гуляш из говядины бпл пф	Калорийность-278, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-5	85-88
200	Рис отварной бпл	Калорийность-271, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49	17-00
200	Чай с брусникой и сахаром бпл	Калорийность-31, Углеводы-7	7-45
17	Батон нарезной бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-06
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-869, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-100	147-60
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
250	Апельсин бпл	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20	45-00
200	Сок яблочный бпл	Калорийность-87, Белки-1, Углеводы-20	24-60
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-182, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-40	69-60
Итого за день		Калорийность-1 051, Белки-36, Жиры-37, Углеводы-140	217-20

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

