

# 1-4 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>Помидор в нарезке бпл</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>8-47</b>
125	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-212, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-8	<b>63-29</b>
150	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	<b>21-26</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-43</b>
50	<b>Булочка с маком бпл</b>	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	<b>2-58</b>
24,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-97</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-581, Белки-23, Жиры-20, Углеводы-74	<b>100-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Горошек зеленый бпл</b>	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	<b>22-08</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	<b>9-46</b>
120	<b>Курица тушеная с морковью бпл пф</b>	Калорийность-152, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-5	<b>41-46</b>
160	<b>Каша гречневая рассыпчатая бпл</b>	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38	<b>12-88</b>
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>10-86</b>
26,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	<b>3-26</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-548, Белки-32, Жиры-16, Углеводы-82	<b>100-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 129, Белки-55, Жиры-36, Углеводы-156	<b>200-00</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



## Многодетные 1-4 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>Помидор в нарезке бпл</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>8-47</b>
150	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-255, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-10	<b>75-94</b>
150	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	<b>21-26</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-43</b>
50	<b>Булочка с маком бпл</b>	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	<b>2-58</b>
32	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	<b>3-92</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-640, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-80	<b>113-60</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Горошек зеленый бпл</b>	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	<b>22-08</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	<b>9-46</b>
150	<b>Курица тушеная с морковью бпл пф</b>	Калорийность-190, Белки-21, Жиры-9, Углеводы-7	<b>51-83</b>
200	<b>Каша гречневая рассыпчатая бпл</b>	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	<b>16-11</b>
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>10-86</b>
26,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	<b>3-26</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-649, Белки-38, Жиры-19, Углеводы-94	<b>113-60</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 289, Белки-63, Жиры-42, Углеводы-174	<b>227-20</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.



## 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>Помидор в нарезке бпл</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>8-47</b>
130	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9	<b>65-82</b>
170	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-158, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22	<b>24-09</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-43</b>
50	<b>Булочка с маком бпл</b>	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	<b>2-58</b>
21,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-61</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-602, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-76	<b>105-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Горошек зеленый бпл</b>	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	<b>22-08</b>
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	<b>11-83</b>
125	<b>Курица тушеная с морковью бпл пф</b>	Калорийность-158, Белки-18, Жиры-7, Углеводы-6	<b>43-18</b>
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая бпл</b>	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	<b>14-50</b>
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>10-86</b>
21	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	<b>2-55</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-580, Белки-35, Жиры-17, Углеводы-89	<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 182, Белки-58, Жиры-38, Углеводы-165	<b>210-00</b>

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)
<b><u>Комплекс (1 и 2 смена)</u></b>			
60	<b>Икра морковная бпл пф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	<b>8-03</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	<b>9-46</b>
165	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-280, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-11	<b>83-53</b>
150	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	<b>21-26</b>
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>10-86</b>
35,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	<b>4-33</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-673, Белки-28, Жиры-29, Углеводы-85	<b>139-67</b>
<b><u>Полдник (1 и 2 смена)</u></b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	<b>34-11</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>3-49</b>
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	<b>4-90</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>22-50</b>
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-332, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-42	<b>65-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 005, Белки-41, Жиры-42, Углеводы-127	<b>204-67</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 (1 и 2 смена)</u></b>			
100	<b>Икра морковная бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	13-39
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	11-83
165	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-280, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-11	83-54
180	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	25-51
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	10-86
39,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-87
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-765, Белки-31, Жиры-33, Углеводы-99	152-20
<b><u>Полдник (1 и 2 смена)</u></b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
200	<b>Чай с лимоном и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	3-49
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-90
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-50
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-332, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-42	65-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 097, Белки-44, Жиры-46, Углеводы-141	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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
30	<b>Помидор в нарезке бпл</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>8-47</b>
125	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-212, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-8	<b>63-27</b>
150	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	<b>21-26</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-43</b>
50	<b>Булочка с маком бпл</b>	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	<b>2-58</b>
24,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-99</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-581, Белки-23, Жиры-20, Углеводы-74	<b>100-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Горошек зеленый бпл</b>	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	<b>22-08</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	<b>9-46</b>
120	<b>Курица тушеная с морковью бпл пф</b>	Калорийность-152, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-5	<b>41-46</b>
160	<b>Каша гречневая рассыпчатая бпл</b>	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38	<b>12-88</b>
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>10-86</b>
26,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	<b>3-26</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-548, Белки-32, Жиры-16, Углеводы-82	<b>100-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 129, Белки-55, Жиры-36, Углеводы-156	<b>200-00</b>

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.


Калькулятор  Брованова Н.В.

## Многодетные 1-4 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>Помидор в нарезке бпл</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>8-47</b>
150	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-255, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-10	<b>75-92</b>
150	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	<b>21-26</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-43</b>
50	<b>Булочка с маком бпл</b>	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	<b>2-58</b>
32	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	<b>3-94</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-640, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-80	<b>113-60</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Горошек зеленый бпл</b>	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	<b>22-08</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	<b>9-46</b>
150	<b>Курица тушеная с морковью бпл пф</b>	Калорийность-190, Белки-21, Жиры-9, Углеводы-7	<b>51-83</b>
200	<b>Каша гречневая рассыпчатая бпл</b>	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	<b>16-11</b>
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>10-86</b>
26,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	<b>3-26</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-649, Белки-38, Жиры-19, Углеводы-94	<b>113-60</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 289, Белки-63, Жиры-42, Углеводы-174	<b>227-20</b>

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)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
30	<b>Помидор в нарезке бпл</b>	<i>Калорийность-6, Углеводы-1</i>	<b>8-47</b>
100	<b>Котлета из курицы с растительным маслом бпл</b>	<i>Калорийность-160, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-13</i>	<b>34-54</b>
200	<b>Картофельное пюре на воде бпл пф</b>	<i>Калорийность-370, Белки-4, Жиры-27, Углеводы-28</i>	<b>21-68</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	<i>Калорийность-27, Углеводы-6</i>	<b>1-43</b>
250	<b>Банан бпл</b>	<i>Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56</i>	<b>45-00</b>
22,5	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	<i>Калорийность-46, Белки-2, Углеводы-9</i>	<b>2-48</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		<i>Калорийность-848, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-113</i>	<b>113-60</b>
<b>Итого за день</b>		<i>Калорийность-848, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-113</i>	<b>113-60</b>

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

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>Помидор в нарезке бпл</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>8-47</b>
130	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-9	<b>65-80</b>
170	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-158, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22	<b>24-09</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-43</b>
50	<b>Булочка с маком бпл</b>	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	<b>2-58</b>
21,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-63</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-602, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-76	<b>105-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Горошек зеленый бпл</b>	Калорийность-22, Белки-2, Углеводы-4	<b>22-08</b>
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	<b>11-83</b>
125	<b>Курица тушеная с морковью бпл пф</b>	Калорийность-158, Белки-18, Жиры-7, Углеводы-6	<b>43-18</b>
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая бпл</b>	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	<b>14-50</b>
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>10-86</b>
21	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	<b>2-55</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-580, Белки-35, Жиры-17, Углеводы-89	<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 182, Белки-58, Жиры-38, Углеводы-165	<b>210-00</b>

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)
<b><u>Комплекс (1 и 2 смена)</u></b>			
60	<b>Икра морковная бпл пф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	<b>8-03</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	<b>9-46</b>
165	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-280, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-11	<b>83-51</b>
150	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	<b>21-26</b>
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>10-86</b>
35,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-18	<b>4-35</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-673, Белки-28, Жиры-29, Углеводы-85	<b>139-67</b>
<b><u>Полдник (1 и 2 смена)</u></b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	<b>34-11</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>3-49</b>
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	<b>4-90</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>22-50</b>
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-332, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-42	<b>65-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 005, Белки-41, Жиры-42, Углеводы-127	<b>204-67</b>

Директор  Потеряева Л.В.

Шеф-повар  Шаланова Е.Е.

Калькулятор  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)
<b><u>Комплекс (1 и 2 смена)</u></b>			
100	<b>Икра морковная бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	<b>13-39</b>
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	<b>11-83</b>
200	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-339, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-13	<b>101-23</b>
150	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	<b>21-26</b>
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>10-86</b>
37,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	<b>4-60</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-791, Белки-34, Жиры-36, Углеводы-96	<b>165-37</b>
<b><u>Полдник (1 и 2 смена)</u></b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	<b>34-11</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>3-49</b>
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	<b>4-90</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>22-50</b>
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-332, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-42	<b>65-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 123, Белки-47, Жиры-49, Углеводы-138	<b>230-37</b>

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)
<b><u>Комплекс (1 и 2 смена)</u></b>			
60	<b>Икра морковная бпл пф</b>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	<b>8-03</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-33, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	<b>9-46</b>
140	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-238, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-9	<b>70-86</b>
150	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	<b>21-26</b>
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>10-86</b>
31,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	<b>3-83</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-622, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-81	<b>126-50</b>
<b><u>Полдник (1 и 2 смена)</u></b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	<b>34-11</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>3-49</b>
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	<b>4-90</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>22-50</b>
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-332, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-42	<b>65-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-954, Белки-37, Жиры-39, Углеводы-123	<b>191-50</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 (1 и 2 смена)</u></b>			
100	<b>Икра морковная бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10	<b>13-39</b>
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями бпл пф</b>	Калорийность-42, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	<b>11-83</b>
165	<b>Капуста тушеная с мясом бпл пф</b>	Калорийность-280, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-11	<b>83-52</b>
180	<b>Картофельное пюре бпл пф</b>	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	<b>25-51</b>
200	<b>Компот из клюквы бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	<b>10-86</b>
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	<b>4-89</b>
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	<b>2-20</b>
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-765, Белки-31, Жиры-33, Углеводы-99	<b>152-20</b>
<b><u>Полдник (1 и 2 смена)</u></b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	<b>34-11</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром бпл</b>	Калорийность-28, Углеводы-7	<b>3-49</b>
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	<b>4-90</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>22-50</b>
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-332, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-42	<b>65-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 097, Белки-44, Жиры-46, Углеводы-141	<b>217-20</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.