

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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-1	10-17
95	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-199, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-2	62-15
180	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-57
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-42

Итого за Завтрак (1 смена) Калорийность-568, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-62 **105-00**

Итого за день Калорийность-568, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-62 **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
125	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-262, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-3	81-78
180	Макароньы 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
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-55
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-861, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-90	154-80
<u>Полдник (1 и 2 смена)</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 (1 и 2 смена)		Калорийность-288, Белки-4, Углеводы-67	62-40
Итого за день		Калорийность-1 149, Белки-41, Жиры-37, Углеводы-157	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)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак (1 смена)

30	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-1	10-17
95	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-199, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-2	62-13
180	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-57
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-69
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-44
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-568, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-62	105-00
Итого за день		Калорийность-568, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-62	105-00

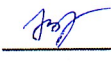
Директор

 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	зн. 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
125	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-262, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-3	81-76
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
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-57
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-861, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-90	154-80
<u>Полдник (1 и 2 смена)</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 (1 и 2 смена)		Калорийность-288, Белки-4, Углеводы-67	62-40
Итого за день		Калорийность-1 149, Белки-41, Жиры-37, Углеводы-157	217-20

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

