

## Многодетные, СВО 5-11 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
25	<b>Перец болгарский в нарезке бпл</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>8-47</b>
95	<b>Бефстроганов из отварной говядины бпл пф</b>	Калорийность-199, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-2	<b>63-25</b>
180	<b>Макаронны отварные с сыром бпл</b>	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	<b>23-57</b>
200	<b>Напиток из шиповника бпл</b>	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	<b>6-69</b>
24,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>3-02</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-578, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-64	<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-578, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-64	<b>105-00</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>Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф</b>	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	<b>23-30</b>
250	<b>Суп гороховый бпл пф</b>	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	<b>9-75</b>
125	<b>Бефстроганов из отварной говядины бпл пф</b>	Калорийность-262, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-3	<b>83-23</b>
180	<b>Макароньы отварные с сыром бпл</b>	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	<b>23-57</b>
200	<b>Компот из брусники бпл</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	<b>10-65</b>
37,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-89, Белки-3, Углеводы-19	<b>4-56</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-882, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-95	<b>157-26</b>
<b><u>Полдник (1 и 2 смена)</u></b>			
210	<b>Банан бпл</b>	Калорийность-201, Белки-3, Углеводы-47	<b>37-80</b>
180	<b>Сок яблочный бпл</b>	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18	<b>22-14</b>
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-279, Белки-4, Углеводы-65	<b>59-94</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 161, Белки-42, Жиры-37, Углеводы-160	<b>217-20</b>

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)
<b>Завтрак ( 1 смена )</b>			
25	<b>Перец болгарский в нарезке бпл</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>8-47</b>
95	<b>Бефстроганов из отварной говядины бпл пф</b>	Калорийность-199, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-2	<b>63-29</b>
180	<b>Макароны отварные с сыром бпл</b>	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	<b>23-57</b>
200	<b>Напиток из шиповника бпл</b>	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	<b>6-69</b>
24,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-98</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-578, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-64	<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-578, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-64	<b>105-00</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>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	9-77
125	<b>Бефстроганов из отварной говядины бпл пф</b>	Калорийность-262, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-3	83-28
180	<b>Макароны отварные с сыром бпл</b>	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	23-57
200	<b>Компот из брусники бпл</b>	Калорийность-33, Углеводы-8	10-65
36,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	4-49
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-880, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-94	157-26
<b><u>Полдник (1 и 2 смена)</u></b>			
210	<b>Банан бпл</b>	Калорийность-201, Белки-3, Углеводы-47	37-80
180	<b>Сок яблочный бпл</b>	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18	22-14
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-279, Белки-4, Углеводы-65	59-94
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 159, Белки-42, Жиры-37, Углеводы-159	217-20

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.

