

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>			
20	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-5, Углеводы-1	6-78
95	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-199, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-2	65-09
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
23,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-87
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-574, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-64	105-00
Итого за день		Калорийность-574, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-64	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	85-65
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
17,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	2-14
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-835, Белки-36, Жиры-37, Углеводы-85	157-26
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
210	Банан бпл	Калорийность-201, Белки-3, Углеводы-47	37-80
180	Сок яблочный бпл	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18	22-14
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-279, Белки-4, Углеводы-65	59-94
Итого за день		Калорийность-1114, Белки-40, Жиры-37, Углеводы-150	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	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (1 смена)			
20	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-5, Углеводы-1	6-78
95	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-199, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-2	65-09
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
23,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-87
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-574, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-64	105-00
Итого за день		Калорийность-574, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-64	105-00

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Зеев Шаланова Е.Е.

Калькулятор Бр 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	23-30
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	85-65
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
17,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	2-14
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-835, Белки-36, Жиры-37, Углеводы-85	157-26
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
210	Банан бпл	Калорийность-201, Белки-3, Углеводы-47	37-80
180	Сок яблочный бпл	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18	22-14
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-279, Белки-4, Углеводы-65	59-94
Итого за день		Калорийность-1114, Белки-40, Жиры-37, Углеводы-150	217-20

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шаланова Е.Е. Шаланова Е.Е.

Калькулятор Брованова Н.В. Брованова Н.В.