

# 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>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
200	<b>Каша жидкая молочная рисовая бпл</b>	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	23-41
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-95
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-86
22,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-67
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-582, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-77	<b>105-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-33
200	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	10-22
60	<b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>	Калорийность-129, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-8	61-90
30	<b>Соус белый основной бпл пф</b>	Калорийность-19, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	4-64
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	12-72
180	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-94
19	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-25
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-603, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-73	<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 185, Белки-40, Жиры-46, Углеводы-150	<b>210-00</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>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
220	<b>Каша жидкая молочная рисовая бпл</b>	Калорийность-203, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32	25-75
10	<b>Масло сливочное (порциями) бпл</b>	Калорийность-75, Жиры-8	11-66
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-95
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-86
19,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-27
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>			<b>118-60</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-33
200	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	10-22
75	<b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>	Калорийность-162, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-10	77-38
25	<b>Соус белый основной бпл пф</b>	Калорийность-16, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	3-87
150	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	10-60
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-49
23	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-71
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>			<b>118-60</b>
<b>Итого за день</b>			<b>237-20</b>
Калорийность-1 275, Белки-44, Жиры-55, Углеводы-150			

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), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак ( 1 смена )</u></b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
200	<b>Каша жидкая молочная рисовая бпл</b>	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	23-41
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-95
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-86
22,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-67
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-582, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-77	105-00
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-33
200	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	10-22
60	<b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>	Калорийность-129, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-8	61-90
30	<b>Соус белый основной бпл пф</b>	Калорийность-19, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	4-64
180	<b>Макаронны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	12-72
180	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-94
19	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-25
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-603, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-73	105-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 185, Белки-40, Жиры-46, Углеводы-150	210-00

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>Комплекс (1 и 2 смена)</b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-33
200	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	10-22
75	<b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>	Калорийность-162, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-10	77-38
25	<b>Соус белый основной бпл пф</b>	Калорийность-16, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	3-87
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	12-72
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-49
30,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	3-61
40	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-40
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-744, Белки-27, Жиры-27, Углеводы-97	126-02
<b>Полдник (1 и 2 смена)</b>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	34-11
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-95
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-73
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-86
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-437, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-57	83-65
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 181, Белки-43, Жиры-43, Углеводы-154	209-67

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>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	13-89
250	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	12-77
75	<b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>	Калорийность-162, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-10	77-38
25	<b>Соус белый основной бпл пф</b>	Калорийность-16, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	3-87
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	12-72
200	<b>Чай с клюквой и сахаром бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	7-55
27	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-17
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-748, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-92	133-55
<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>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-95
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-73
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-86
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-437, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-57	83-65
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1185, Белки-41, Жиры-46, Углеводы-149	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>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	<b>34-11</b>
200	<b>Каша жидкая молочная рисовая бпл</b>	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	<b>23-41</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	<b>21-87</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>22-89</b>
23	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-72</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-582, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-77	<b>105-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	<b>8-22</b>
200	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	<b>9-91</b>
60	<b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>	Калорийность-129, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-8	<b>62-75</b>
30	<b>Соус белый основной бпл пф</b>	Калорийность-19, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	<b>4-64</b>
170	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-223, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-37	<b>12-01</b>
180	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	<b>4-94</b>
21,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-53</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-597, Белки-21, Жиры-25, Углеводы-73	<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 179, Белки-41, Жиры-46, Углеводы-150	<b>210-00</b>

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шала Шаланова Е.Е.

Калькулятор Бр 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>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	<b>34-11</b>
220	<b>Каша жидкая молочная рисовая бпл</b>	Калорийность-203, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-32	<b>25-75</b>
10	<b>Масло сливочное (порциями) бпл</b>	Калорийность-75, Жиры-8	<b>11-66</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	<b>21-87</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>22-89</b>
19,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	<b>2-32</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-668, Белки-21, Жиры-30, Углеводы-79	<b>118-60</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	<b>8-22</b>
200	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	<b>9-91</b>
75	<b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>	Калорийность-162, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-10	<b>78-44</b>
25	<b>Соус белый основной бпл пф</b>	Калорийность-16, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	<b>3-87</b>
150	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	<b>10-59</b>
180	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	<b>4-94</b>
22,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-63</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-603, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-71	<b>118-60</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 271, Белки-44, Жиры-55, Углеводы-150	<b>237-20</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>Завтрак ( 1 смена )</b>			
25	<b>Помидор в нарезке бпл</b>	Калорийность-5, Углеводы-1	7-68
80	<b>Рыба тушеная в томате с овощами (кета) бпл пф</b>	Калорийность-153, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-5	98-86
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая с растительным маслом бпл</b>	Калорийность-248, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-36	5-21
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-41
50	<b>Булочка с маком бпл</b>	Калорийность-138, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	2-57
26	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	2-87
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-623, Белки-27, Жиры-18, Углеводы-85	<b>118-60</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-623, Белки-27, Жиры-18, Углеводы-85	<b>118-60</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>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	<b>34-11</b>
200	<b>Каша жидкая молочная рисовая бпл</b>	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	<b>23-41</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	<b>21-87</b>
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	<b>22-89</b>
23	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-72</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-582, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-77	<b>105-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	<b>8-22</b>
200	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	<b>9-91</b>
60	<b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>	Калорийность-129, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-8	<b>62-75</b>
30	<b>Соус белый основной бпл пф</b>	Калорийность-19, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	<b>4-64</b>
170	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-223, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-37	<b>12-01</b>
180	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	<b>4-94</b>
21,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-53</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-597, Белки-21, Жиры-25, Углеводы-73	<b>105-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 179, Белки-41, Жиры-46, Углеводы-150	<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>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-22
200	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	9-91
75	<b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>	Калорийность-162, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-10	78-43
25	<b>Соус белый основной бпл пф</b>	Калорийность-16, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	3-87
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	12-71
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-49
26	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	3-07
40	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-40
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-732, Белки-27, Жиры-27, Углеводы-95	<b>126-10</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	34-11
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-87
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-70
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-89
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-437, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-57	<b>83-57</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 169, Белки-43, Жиры-43, Углеводы-152	<b>209-67</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>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	13-71
250	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	12-39
100	<b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>	Калорийность-215, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-13	104-58
25	<b>Соус белый основной бпл пф</b>	Калорийность-16, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	3-87
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	12-71
200	<b>Чай с клюквой и сахаром бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	7-50
20	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-37
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-785, Белки-29, Жиры-33, Углеводы-92	<b>159-33</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	34-11
180	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	19-68
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-70
115	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-51, Углеводы-11	17-55
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-408, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-51	<b>76-04</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 193, Белки-44, Жиры-48, Углеводы-143	<b>235-37</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>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	8-22
200	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	9-91
60	<b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>	Калорийность-129, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-8	62-75
30	<b>Соус белый основной бпл пф</b>	Калорийность-19, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	4-64
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	12-71
180	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-94
22	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-56
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-650, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-83	<b>107-93</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	34-11
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-87
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-70
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-89
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-437, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-57	<b>83-57</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 087, Белки-38, Жиры-41, Углеводы-140	<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>Винегрет с растительным маслом бпл пф</b>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	13-71
250	<b>Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	12-39
75	<b>Тефтели рыбные (кета) бпл пф</b>	Калорийность-162, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-10	78-43
25	<b>Соус белый основной бпл пф</b>	Калорийность-16, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1	3-87
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	12-71
200	<b>Чай с клюквой и сахаром бпл</b>	Калорийность-29, Углеводы-7	7-50
24	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-82
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-741, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-91	<b>133-63</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	34-11
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-87
40	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	4-70
150	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	22-89
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-437, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-57	<b>83-57</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1178, Белки-41, Жиры-46, Углеводы-148	<b>217-20</b>

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.