

# 1-4 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>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	32-46
325	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-444, Белки-30, Жиры-12, Углеводы-54	62-02
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
35	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	4-12
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-696, Белки-42, Жиры-24, Углеводы-77	<b>100-00</b>
<u>Обед ( 2 смена )</u>			
60	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	Калорийность-8, Углеводы-2	15-59
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	11-53
90/60	<b>Гуляш из свинины бпл пф</b>	Калорийность-480, Белки-18, Жиры-43, Углеводы-5	53-76
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	11-81
180	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-93
20,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-38
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-898, Белки-28, Жиры-55, Углеводы-73	<b>100-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 594, Белки-70, Жиры-79, Углеводы-150	<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>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	<b>32-46</b>
320	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-437, Белки-30, Жиры-12, Углеводы-53	<b>61-07</b>
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	<b>1-40</b>
28,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	<b>3-37</b>
100	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-44, Углеводы-10	<b>15-30</b>
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-719, Белки-41, Жиры-24, Углеводы-83	<b>113-60</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
100	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	<b>25-99</b>
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	<b>14-41</b>
90/60	<b>Гуляш из свинины бпл пф</b>	Калорийность-480, Белки-18, Жиры-43, Углеводы-5	<b>53-76</b>
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	<b>11-81</b>
180	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	<b>4-93</b>
23	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-70</b>
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-932, Белки-29, Жиры-56, Углеводы-76	<b>113-60</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 651, Белки-70, Жиры-80, Углеводы-159	<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)
-----------	--------------------	---	-------------------------

### Завтрак ( 1 смена )

40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	32-46
280	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-382, Белки-26, Жиры-10, Углеводы-46	53-44
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
20,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-40
100	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-44, Углеводы-10	15-30
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-645, Белки-37, Жиры-22, Углеводы-72	<b>105-00</b>

### Обед ( 2 смена )

60	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	Калорийность-8, Углеводы-2	15-59
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	14-41
90/60	<b>Гуляш из свинины бпл пф</b>	Калорийность-480, Белки-18, Жиры-43, Углеводы-5	53-76
200	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	13-12
180	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-93
27	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-19
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-961, Белки-29, Жиры-57, Углеводы-83	<b>105-00</b>

**Итого за день** Калорийность-1 606, Белки-66, Жиры-79, Углеводы-155 **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)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
60	<b>Салат из моркови с яблоками бпл пф</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-98
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	11-53
280	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-382, Белки-26, Жиры-10, Углеводы-46	53-44
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-48
37	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	4-33
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-712, Белки-33, Жиры-22, Углеводы-93	83-96
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
20	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	16-23
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-81
20	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-35
200	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-76, Белки-2, Углеводы-16	34-02
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-328, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-48	74-41
<u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u>			
200	<b>Коктейль молочный бпл</b>		46-30
<b>Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)</b>			46-30
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 040, Белки-45, Жиры-31, Углеводы-141	204-67



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)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
100	<b>Салат из моркови с яблоками бпл пф</b>	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	11-63
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	14-41
310	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-423, Белки-29, Жиры-12, Углеводы-51	59-16
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-48
30,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	3-61
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-812, Белки-35, Жиры-29, Углеводы-100	96-49
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
20	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	16-23
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-81
20	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-35
200	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-76, Белки-2, Углеводы-16	34-02
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-328, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-48	74-41
<u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u>			
200	<b>Коктейль молочный бпл</b>		46-30
<b>Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)</b>			46-30
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 140, Белки-47, Жиры-38, Углеводы-148	217-20



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Котомчина Т.А.

Калькулятор

Брованова Н.В.

# 1-4 классы доп.питание Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

295 доп. Апельсины нач 46-49

**Итого за** **46-49**

**Итого за день** **46-49**

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	32-45
325	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-444, Белки-30, Жиры-12, Углеводы-54	62-07
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
34,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	4-08
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-696, Белки-42, Жиры-24, Углеводы-77	<b>100-00</b>
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
60	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	Калорийность-8, Углеводы-2	15-59
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	11-53
90/60	<b>Гуляш из свинины бпл пф</b>	Калорийность-480, Белки-18, Жиры-43, Углеводы-5	53-72
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	11-80
180	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-93
20,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-43
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-898, Белки-28, Жиры-55, Углеводы-73	<b>100-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 594, Белки-70, Жиры-79, Углеводы-150	<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>			
40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	32-45
320	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-437, Белки-30, Жиры-12, Углеводы-53	61-11
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
28,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-34
100	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-44, Углеводы-10	15-30
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-719, Белки-41, Жиры-24, Углеводы-83	113-60
<b><u>Обед ( 2 смена )</u></b>			
100	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	25-99
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	14-41
90/60	<b>Гуляш из свинины бпл пф</b>	Калорийность-480, Белки-18, Жиры-43, Углеводы-5	53-72
180	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	11-80
180	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-93
23,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-75
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-934, Белки-29, Жиры-56, Углеводы-77	113-60
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 653, Белки-70, Жиры-80, Углеводы-160	227-20

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)
-----------	--------------------	---	-------------------------

### Завтрак ( 1 смена )

25	<b>Перец болгарский в нарезке бпл</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	11-31
120	<b>Курица отварная бпл пф</b>	Калорийность-186, Белки-39, Жиры-3, Углеводы-1	77-59
150	<b>Рис отварной с растительным маслом бпл</b>	Калорийность-218, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-36	5-90
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
19	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8	2-10
100	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-44, Углеводы-10	15-30

**Итого за Завтрак ( 1 смена )** Калорийность-519, Белки-44, Жиры-9, Углеводы-62 **113-60**

**Итого за день** Калорийность-519, Белки-44, Жиры-9, Углеводы-62 **113-60**

Директор \_\_\_\_\_ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Е.Е. Шаланова Е.Е.

Калькулятор Н.В. 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 )

40	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	32-45
280	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-382, Белки-26, Жиры-10, Углеводы-46	53-47
200	<b>Чай с сахаром бпл</b>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-40
20,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-38
100	<b>Яблоко бпл</b>	Калорийность-44, Углеводы-10	15-30
<b>Итого за Завтрак ( 1 смена )</b>		Калорийность-645, Белки-37, Жиры-22, Углеводы-72	<b>105-00</b>

### Обед ( 2 смена )

60	<b>Огурец в нарезке бпл</b>	Калорийность-8, Углеводы-2	15-59
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	14-41
90/60	<b>Гуляш из свинины бпл пф</b>	Калорийность-480, Белки-18, Жиры-43, Углеводы-5	53-72
200	<b>Макароны отварные бпл</b>	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44	13-12
180	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-93
27,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-23
<b>Итого за Обед ( 2 смена )</b>		Калорийность-964, Белки-29, Жиры-57, Углеводы-84	<b>105-00</b>

**Итого за день** Калорийность-1 609, Белки-66, Жиры-79, Углеводы-156 **210-00**

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)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
60	<b>Салат из моркови с яблоками бпл пф</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-98
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	11-53
280	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-382, Белки-26, Жиры-10, Углеводы-46	53-47
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-48
37	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	4-35
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-712, Белки-33, Жиры-22, Углеводы-93	<b>84-01</b>
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
20	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	16-22
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-81
20	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-35
200	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-76, Белки-2, Углеводы-16	34-00
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-328, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-48	<b>74-38</b>
<u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u>			
200	<b>Коктейль молочный бпл</b>		46-28
<b>Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)</b>			<b>46-28</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 040, Белки-45, Жиры-31, Углеводы-141	<b>204-67</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>Салат из моркови с яблоками бпл пф</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	6-98
200	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	11-53
235	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-321, Белки-22, Жиры-9, Углеводы-39	44-88
180	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-35, Жиры-1, Углеводы-7	4-93
21,5	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-50
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-612, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-79	73-02
<b><u>Полдник (1 и 2 смена)</u></b>			
20	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	16-22
180	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	19-63
20	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-35
200	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-76, Белки-2, Углеводы-16	34-00
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-315, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-46	72-20
<b><u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u></b>			
200	<b>Коктейль молочный бпл</b>		46-28
<b>Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)</b>			46-28
<b>Итого за день</b>		Калорийность-927, Белки-40, Жиры-30, Углеводы-125	191-50

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 моркови с яблоками бпл пф</b>	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7	11-63
250	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной бпл пф</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12	14-41
310	<b>Плов с курицей бпл пф</b>	Калорийность-423, Белки-29, Жиры-12, Углеводы-51	59-20
200	<b>Компот из облепихи бпл</b>	Калорийность-39, Жиры-1, Углеводы-7	5-48
31	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	3-62
20	<b>Хлеб бородинский бпл</b>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
<b>Итого за Комплекс (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-812, Белки-35, Жиры-29, Углеводы-100	96-54
<b><u>Полдник (1 и 2 смена)</u></b>			
20	<b>Сыр твердых сортов в нарезке бпл</b>	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	16-22
200	<b>Какао с молоком сгущенным бпл</b>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	21-81
20	<b>Батон нарезной бпл</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-35
200	<b>Апельсин бпл</b>	Калорийность-76, Белки-2, Углеводы-16	34-00
<b>Итого за Полдник (1 и 2 смена)</b>		Калорийность-328, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-48	74-38
<b><u>Дополнительно (1 и 2 смена)</u></b>			
200	<b>Коктейль молочный бпл</b>		46-28
<b>Итого за Дополнительно (1 и 2 смена)</b>			46-28
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 140, Белки-47, Жиры-38, Углеводы-148	217-20

Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.



# 1-4 классы доп.питание Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
300	доп. Апельсины нач		47-20
200	доп. Сок нач		29-60
<b>Итого за</b>			<b>76-80</b>
<b>Итого за день</b>			<b>76-80</b>



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

*Е.Е. Шаланова*

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

*Н.В. Брованова*

Брованова Н.В.