

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>			
30	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	7-79
95	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-199, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-2	64-26
190	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-263, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-36	23-41
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-55
25,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-99
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-592, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-67	105-00
Итого за день		Калорийность-592, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-67	105-00

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), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Комплекс (1 и 2 смена)</u>			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	15-59
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-14
120	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	81-17
150	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	18-47
180	Компот из брусники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	10-88
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-24
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-729, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-75	137-69
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	42-93
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-05
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	66-98
Итого за день		Калорийность-1 102, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-164	204-67



Директор Потеряева Л.В.

Шеф-повар [Signature] Котомчина Т.А.

Калькулятор [Signature] 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	25-98
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	8-93
110	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	74-41
190	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-263, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-36	23-41
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	12-09
27,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-20
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-841, Белки-36, Жиры-36, Углеводы-92	150-22
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	42-93
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-05
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	66-98
Итого за день		Калорийность-1 214, Белки-41, Жиры-36, Углеводы-181	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), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	7-77
95	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-199, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-2	64-24
150	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	18-70
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-55
23,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-74
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-532, Белки-25, Жиры-22, Углеводы-59	100-00
Итого за день		Калорийность-532, Белки-25, Жиры-22, Углеводы-59	100-00



Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар Шу Шаланова Е.Е.

Калькулятор Вор Брованова Н.В.

Многодетные 1-4 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	7-77
115	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-241, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-3	77-78
150	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	18-70
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-55
24	Батон нарезной бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-80
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-574, Белки-28, Жиры-25, Углеводы-60	113-60
Итого за день		Калорийность-574, Белки-28, Жиры-25, Углеводы-60	113-60

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)
<u>Завтрак (1 смена)</u>			
30	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-4, Углеводы-1	7-77
95	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-199, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-2	64-25
190	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-263, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-36	23-68
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-55
23,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	2-75
Итого за Завтрак (1 смена)		Калорийность-587, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-66	105-00
Итого за день		Калорийность-587, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-66	105-00



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	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	15-56
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	7-13
120	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-251, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-3	81-15
150	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-208, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-29	18-70
180	Компот из брусники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	10-92
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-35
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-729, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-75	138-01
<u>Полдник (1 и 2 смена)</u>			
250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	42-68
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	23-98
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	66-66
Итого за день		Калорийность-1 102, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-164	204-67

Директор Е.В. Потеряева Л.В.

Шеф-повар Е.Е. Шаланова Е.Е.

Калькулятор Н.В. 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)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Комплекс (1 и 2 смена)

100	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3	25-94
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	8-91
110	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	74-39
190	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-263, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-36	23-68
200	Компот из брусники бпл	Калорийность-33, Углеводы-8	12-13
28	Батон нарезной бпл	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-29
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-20
Итого за Комплекс (1 и 2 смена)		Калорийность-841, Белки-36, Жиры-36, Углеводы-92	150-54

Полдник (1 и 2 смена)

250	Банан бпл	Калорийность-239, Белки-4, Углеводы-56	42-68
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	23-98
Итого за Полдник (1 и 2 смена)		Калорийность-373, Белки-5, Углеводы-89	66-66

Итого за день Калорийность-1 214, Белки-41, Жиры-36, Углеводы-181 **217-20**



Директор

Потеряева Л.В.

Шеф-повар

Шаланова Е.Е.

Калькулятор

Брованова Н.В.