

вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Обед-6комплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец. 2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминА-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Комлета "Детская"	54-95
Сб.рец. 2004г.М осква	515	140	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-20, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	13-31
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец. 2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-52
Итого за Обед			Калорийность-610, Белки-30, Жиры-13, Углеводы-91, ВитаминА-57, ВитаминВ1-1, ВитаминС-202, ВитаминРР-4		81-24
Обед-7комплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец. 2004г.М осква	124	250/12,5/10	Калорийность-149, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминА-22, ВитаминС-34, ВитаминРР-2 Капуста белокопч.свежая, Картофель, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Морковь, Лук репчатый, Цыпленок потр. 1 кат. бройл., Памидоры свежие, Вода, Сметана, Зелень п-ф. Приправы	Щи из свеж.капусты с мясом птицы со сметаной	24-25
Сб.рец. 2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминА-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Комлета "Детская"	54-95
Сб.рец. 2004г.М осква	515	140	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-20, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	13-31
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец. 2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-52
Итого за Обед			Калорийность-759, Белки-35, Жиры-23, Углеводы-101, ВитаминА-79, ВитаминВ1-1, ВитаминС-236, ВитаминРР-6		105-49

Директор

Чугаев А.М.

Повар

Салихова Л.А.

Калькулятор Никитина Т.В.

вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Обед-6комплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец. 2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминА-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Комлета "Детская"	54-95
Сб.рец. 2004г.М осква	515	140	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-20, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	13-31
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец. 2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-52
Итого за Обед			Калорийность-610, Белки-30, Жиры-13, Углеводы-91, ВитаминА-57, ВитаминВ1-1, ВитаминС-202, ВитаминРР-4		81-24
Обед-7комплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец. 2004г.М осква	124	250/12,5/10	Калорийность-149, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминА-22, ВитаминС-34, ВитаминРР-2 Капуста белокож.свежая, Картофель, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Морковь, Лук репчатый, Цыплята потр.1 кат.бройл., Памидоры свежие, Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы	Щи из свеж.капусты с мясом птицы со сметаной	24-25
Сб.рец. 2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминА-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Комлета "Детская"	54-95
Сб.рец. 2004г.М осква	515	140	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-20, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	13-31
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец. 2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-52
Итого за Обед			Калорийность-759, Белки-35, Жиры-23, Углеводы-101, ВитаминА-79, ВитаминВ1-1, ВитаминС-236, ВитаминРР-6		105-49

Директор

Чугаев А.М.

Повар

Салихова Л.А.

Калькулятор Никитина Т.В.

вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Завтрак-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)					
Сб.рец. 2004г.М осква	302	150/7,5	Калорийность-235, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-33, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <i>Молоко пастер. 2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа пшено, Вода, Масса каши, Масло сливочное</i>	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	24-20
		40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон	5-52
Сб.рец. 2004г.М осква	692	150	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18, ВитаминА-15, ВитаминС-1 <i>Кофейный напиток, Молоко пастер. 2,5 жирн., Сахар-песок</i>	Кофейный напиток с молоком	12-96
Итого за Завтрак					42-68
Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)					
Сб.рец. 2004г.М осква	124	250/12,5/10	Калорийность-149, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминА-22, ВитаминС-34, ВитаминРР-2 <i>Капуста белокоп. свежая, Картофель, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Морковь, Лук репчатый, Цыпленок потр. 1 кат. бройл., Помидоры свежие, Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы</i>	Щи из свеж.капусты с мясом птицы со сметаной	24-25
Сб.рец. 2008 Ижевск	75	70	Калорийность-146, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-9, ВитаминА-35, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 <i>Мясо говядины полуж. заморож. в блоках для дет. питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухожи. панчирующие, Соль поваренная пищевая., Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное</i>	Котлета "Детская"	51-23
Сб.рец. 2004г.М осква	515	150	Калорийность-243, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-35, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-2 <i>Горох, Соль поваренная пищевая., Масло сливочное, Вода</i>	Гороховое пюре	14-26
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец. 2004г.М осква	705	180	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-180 <i>Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода</i>	Напиток из плодов шиповника	8-57
Итого за Обед					101-77
Итого за день					144-45

Директор

Чугалов А.А.

Повар

Саликова Л.А.

Калькулятор Никитина Т.В.

вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Завтрак-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2004г.М осква	96	20	Калорийность-132, Жиры-15, ВитаминА-80	Масло сливочное	31-37
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-313, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-44, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	32-17
		50	Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа пшено, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Батон	6-90
		40/1шт.	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Печенье сахарное	7-38
Сб.рец.2004г.М осква	692	200	Калорийность-170, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-4	Кофейный напиток с молоком	17-29
			Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1		
			Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок		
Итого за Завтрак					95-11
Обед-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2004г.М осква	124	250/12,5/10	Калорийность-149, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминА-22, ВитаминС-34, ВитаминРР-2	Щи из свеж.капусты с мясом птицы со сметаной	24-24
			Капуста белокач.свежая, Картофель, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Морковь, Лук репчатый, Цыпленок потр.1 кат.бройл., Помидоры свежие, Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы		
Сб.рец.2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминА-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2	Котлета "Детская"	54-95
			Мясо говядины полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сахар пшеничный, Соль поваренная пищевая., Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное		
Сб.рец.2004г.М осква	545	140	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-20, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1	Гороховое пюре	13-31
			Горох, Соль поваренная пищевая., Масло сливочное, Вода		
Сб.рец.2004г.М осква	100	60	Калорийность-7, Углеводы-1, ВитаминС-4	Огурцы свежие	24-38
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200	Напиток из плодов шиповника	9-52
			Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода		
Итого за Обед					129-86
Полдник-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2008 Ижевск	741	100	Калорийность-293, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-47, ВитаминА-13, ВитаминС-9, ВитаминРР-1	Ватрушка с картофелем	11-50
			Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло растительное, Яйцо, Соль поваренная пищевая., Дрожжи прессованные, Вода, Масса теста, Картофель хлопья, Лук репчатый, Масса фарша, Масса полуфабриката		
Сб.рец.2004г.М осква	707	200	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминА-2 600, ВитаминС-8	Сок фруктовый	17-06
		90/1шт.	Белки-1, Углеводы-12	Мандарины	31-68
Итого за Полдник					60-24
Итого за день					285-21
					Калорийность-2 045, Белки-64, Жиры-69, Углеводы-310, ВитаминА-2 855, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-259, ВитаминРР-9

Директор

Флакс А.Х.

Повар

Саликова Л.А.

Калькулятор Никитина Т.В.



вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Обед-1 комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	71	100	Калорийность-126, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-8, ВитаминС-9	Винегрет овощной	22-91
Раз-но пр-ам стал.школы Гармония	100/150	100/150	Картофель, Свекла красная, Морковь, Огурцы консервированные, Лук зеленый, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Зелень п-ф	Лагман	59-59
		50	Калорийность-301, Белки-16, Жиры-8, Углеводы-41, ВитаминА-6, ВитаминС-6, ВитаминРР-3	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Напиток из плодов шиповника	9-32
			Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Картофель, Таматная паста, Вода, Чеснок, Приправы, Макароны изделия, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Масса соуса с фаршем		
Итого за Обед			Калорийность-678, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-103, ВитаминА-6, ВитаминС-216, ВитаминРР-4		96-15
Обед-2 комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	24-51
Раз-но пр-ам стал.школы Гармония	100/150	100/150	Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплята потр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы	Лагман	59-59
		50	Калорийность-301, Белки-16, Жиры-8, Углеводы-41, ВитаминА-6, ВитаминС-6, ВитаминРР-3	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Напиток из плодов шиповника	9-32
			Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Картофель, Таматная паста, Вода, Чеснок, Приправы, Макароны изделия, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Масса соуса с фаршем		
Итого за Обед			Калорийность-734, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-113, ВитаминА-28, ВитаминС-223, ВитаминРР-5		97-75
Обед-3 комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	71	100	Калорийность-126, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-8, ВитаминС-9	Винегрет овощной	22-91
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Картофель, Свекла красная, Морковь, Огурцы консервированные, Лук зеленый, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Зелень п-ф	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	24-51
Раз-но пр-ам стал.школы Гармония	100/150	100/150	Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплята потр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы	Лагман	59-59
		50	Калорийность-301, Белки-16, Жиры-8, Углеводы-41, ВитаминА-6, ВитаминС-6, ВитаминРР-3	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Напиток из плодов шиповника	9-32
			Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Картофель, Таматная паста, Вода, Чеснок, Приправы, Макароны изделия, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Масса соуса с фаршем		
Итого за Обед			Калорийность-860, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-121, ВитаминА-28, ВитаминС-233, ВитаминРР-6		120-66
Завтрак-9 комплекс 5кл-11кл					
Сб.рец.2004г.М осква	96	30	Калорийность-198, Жиры-22, ВитаминА-120	Масло сливочное	47-05
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-306, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-45, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	33-55
			Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Крупа пшеничная, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Батон	6-90
Сб.рец.2008 Ижевск	149	200	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Какао с молоком	18-36
			Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминА-20, ВитаминС-1		
Итого за Завтрак			Калорийность-780, Белки-16, Жиры-37, Углеводы-97, ВитаминА-199, ВитаминС-3, ВитаминРР-1		105-86

Директор

Чугаева А.Х.

Шеф повар

Захарикова И.Н.

Калькулятор

Никипина Т.В.



вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>Обед-Льготники (дети м.д.1 корп.)</u>					
Сб.рец.2004г.М осква	71	95	Калорийность-120, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7, ВитаминС-9 Картофель, Свекла красная, Морковь, Огурцы консервированные, Лук зеленый, Масло растительное, Зелень п-ф, Соль поваренная пищевая.	Винегрет овощной	21-76
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2 Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплята потр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	24-51
Сб.рец.2004г.М осква	332	180	Калорийность-248, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-43, ВитаминА-25, ВитаминРР-1 Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	16-86
		100	Калорийность-226, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-50, ВитаминС-2	Хлеб пшеничный	8-66
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-32
Итого за Обед Калорийность-913, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-148, ВитаминА-47, ВитаминС-228, ВитаминРР-4					81-11

Директор

Чугалева А.Х.

Шеф повар

Захарикова И.Н.

Калькулятор

Никитина Т.В.



вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак-Льготники (дети ОВЗ 1 корп.)</u>					
Сб.рец.2004г.М осква	96	10	Калорийность-66, Жиры-7, ВитаминА-40	Масло сливочное .	14-76
Сб.рец.2004г.М осква	302	150/7,5	Калорийность-231, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-34, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каши пшеничная на молоке с маслом сливочным	25-24
		50	Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа пшеничная, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Батон	6-90
Сб.рец.2008 Ижевск	149	160	Калорийность-116, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-20, ВитаминА-16, ВитаминС-1	Какао с молоком	14-68
			Какао-порошок, Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Вода		
Итого за Завтрак				Калорийность-542, Белки-13, Жиры-19, Углеводы-81, ВитаминА-101, ВитаминС-2, ВитаминРР-1	61-58
<u>Обед-Льготники (дети ОВЗ 1 корп.)</u>					
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	24-51
			Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплята потр.1 кат.бройл., Сметана , Приправы		
Раз-но пр-ам стал.шкалы Гармония		100/150	Калорийность-301, Белки-16, Жиры-8, Углеводы-41, ВитаминА-6, ВитаминС-6, ВитаминРР-3	Лагман	59-59
			Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Картофель, Томатная паста , Вода, Чеснок, Приправы, Макароны изделия, Соль поваренная пищевая., Масло сливочное, Масса соуса с фаршем		
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	705	180	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-180	Напиток из плодов шиповника	8-39
			Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода		
Итого за Обед				Калорийность-697, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-105, ВитаминА-28, ВитаминС-203, ВитаминРР-5	95-95
Итого за день				Калорийность-1 240, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-186, ВитаминА-128, ВитаминВ2-1, ВитаминС-205, ВитаминРР-6	157-53

Директор

Мугалаев А.Х.

Шеф повар

Захарикова И.Н.

Калькулятор

Никитина Т.В.



вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Обед-6комплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец. 2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминА-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Комлета "Детская"	54-95
Сб.рец. 2004г.М осква	515	140	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-20, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	13-31
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец. 2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-52
Итого за Обед			Калорийность-610, Белки-30, Жиры-13, Углеводы-91, ВитаминА-57, ВитаминВ1-1, ВитаминС-202, ВитаминРР-4		81-24
Обед-7комплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец. 2004г.М осква	124	250/12,5/10	Калорийность-149, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминА-22, ВитаминС-34, ВитаминРР-2 Капуста белокож.свежая, Картофель, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Морковь, Лук репчатый, Цыпленок потр. 1 кат. бройл., Панировочные сухари, Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы	Щи из свеж.капусты с мясом птицы со сметаной	24-25
Сб.рец. 2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминА-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Комлета "Детская"	54-95
Сб.рец. 2004г.М осква	515	140	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-20, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	13-31
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец. 2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-52
Итого за Обед			Калорийность-759, Белки-35, Жиры-23, Углеводы-101, ВитаминА-79, ВитаминВ1-1, ВитаминС-236, ВитаминРР-6		105-49

Директор

Чугаев А.М.

Повар

Салихова Л.А.

Калькулятор Никитина Т.В.

вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Обед-6комплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец. 2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминА-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Комлета "Детская"	54-95
Сб.рец. 2004г.М осква	515	140	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-20, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	13-31
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец. 2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-52
Итого за Обед			Калорийность-610, Белки-30, Жиры-13, Углеводы-91, ВитаминА-57, ВитаминВ1-1, ВитаминС-202, ВитаминРР-4		81-24
Обед-7комплекс (1-4 кл.)					
Сб.рец. 2004г.М осква	124	250/12,5/10	Калорийность-149, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминА-22, ВитаминС-34, ВитаминРР-2 Капуста белокопч.свежая, Картофель, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Морковь, Лук репчатый, Цыпленок потр. 1 кат. бройл., Памидоры свежие, Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы	Щи из свеж.капусты с мясом птицы со сметаной	24-25
Сб.рец. 2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминА-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухари панировочные, Соль поваренная пищевая, Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное	Комлета "Детская"	54-95
Сб.рец. 2004г.М осква	515	140	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-20, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1 Горох, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Вода	Гороховое пюре	13-31
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный.	3-46
Сб.рец. 2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-52
Итого за Обед			Калорийность-759, Белки-35, Жиры-23, Углеводы-101, ВитаминА-79, ВитаминВ1-1, ВитаминС-236, ВитаминРР-6		105-49

Директор

Чугаев А.М.

Повар

Салихова Л.А.

Калькулятор Никитина Т.В.

вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Завтрак-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)					
Сб.рец. 2004г.М осква	302	150/7,5	Калорийность-235, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-33, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <i>Молоко пастер. 2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа пшено, Вода, Масса каши, Масло сливочное</i>	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	24-20
		40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон	5-52
Сб.рец. 2004г.М осква	692	150	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-18, ВитаминА-15, ВитаминС-1 <i>Кофейный напиток, Молоко пастер. 2,5 жирн., Сахар-песок</i>	Кофейный напиток с молоком	12-96
Итого за Завтрак					42-68
Обед-8комплекс (дети ОВЗ 2 корп.)					
Сб.рец. 2004г.М осква	124	250/12,5/10	Калорийность-149, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминА-22, ВитаминС-34, ВитаминРР-2 <i>Капуста белокоп. свежая, Картофель, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Морковь, Лук репчатый, Цыпленок потр. 1 кат. бройл., Помидоры свежие, Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы</i>	Щи из свеж.капусты с мясом птицы со сметаной	24-25
Сб.рец. 2008 Ижевск	75	70	Калорийность-146, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-9, ВитаминА-35, ВитаминС-1, ВитаминРР-2 <i>Мясо говядины полуж. заморож. в блоках для дет. питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сухожи. паншированные, Соль поваренная пищевая., Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное</i>	Котлета "Детская"	51-23
Сб.рец. 2004г.М осква	515	150	Калорийность-243, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-35, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-2 <i>Горох, Соль поваренная пищевая., Масло сливочное, Вода</i>	Гороховое пюре	14-26
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец. 2004г.М осква	705	180	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-180 <i>Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода</i>	Напиток из плодов шиповника	8-57
Итого за Обед					101-77
Итого за день					144-45

Директор

Чугалов А.А.

Повар

Саликова Л.А.

Калькулятор Никитина Т.В.

вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Завтрак-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2004г.М осква	96	20	Калорийность-132, Жиры-15, ВитаминА-80	Масло сливочное	31-37
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-313, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-44, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	32-17
		50	Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа пшено, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Батон	6-90
		40/1шт.	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Печенье сахарное	7-38
Сб.рец.2004г.М осква	692	200	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Кофейный напиток с молоком	17-29
			Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок		
Итого за Завтрак					95-11
Обед-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2004г.М осква	124	250/12,5/10	Калорийность-149, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминА-22, ВитаминС-34, ВитаминРР-2	Щи из свеж.капусты с мясом птицы со сметаной	24-24
			Капуста белокач.свежая, Картофель, Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Морковь, Лук репчатый, Цыпленок потр.1 кат.бройл., Помидоры свежие, Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы		
Сб.рец.2008 Ижевск	75	75	Калорийность-156, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминА-38, ВитаминС-1, ВитаминРР-2	Котлета "Детская"	54-95
			Мясо говядины полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Сахар пшеничный, Соль поваренная пищевая., Приправы, Вода, Масса полуфабриката, Масло растительное		
Сб.рец.2004г.М осква	545	140	Калорийность-227, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-32, ВитаминА-20, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1	Гороховое пюре	13-31
			Горох, Соль поваренная пищевая., Масло сливочное, Вода		
Сб.рец.2004г.М осква	100	60	Калорийность-7, Углеводы-1, ВитаминС-4	Огурцы свежие	24-38
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200	Напиток из плодов шиповника	9-52
			Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода		
Итого за Обед					129-86
Полдник-8комплекс (1-4 кл.полный день)					
Сб.рец.2008 Ижевск	741	100	Калорийность-293, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-47, ВитаминА-13, ВитаминС-9, ВитаминРР-1	Ватрушка с картофелем	11-50
			Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло растительное, Яйцо, Соль поваренная пищевая., Дрожжи прессованные, Вода, Масса теста, Картофель хлопья, Лук репчатый, Масса фарша, Масса полуфабриката		
Сб.рец.2004г.М осква	707	200	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминА-2 600, ВитаминС-8	Сок фруктовый	17-06
		90/1шт.	Белки-1, Углеводы-12	Мандарины	31-68
Итого за Полдник					60-24
Итого за день					285-21

Директор

Федосеев А.Х.

Повар

Саликова Л.А.

Калькулятор Никитина Т.В.



вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Обед-1комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	71	100	Калорийность-126, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-8, ВитаминС-9	Винегрет овощной	22-91
Раз-но пр-ам стал.школы Гармония	100/150	100/150	Картофель, Свекла красная, Морковь, Огурцы консервированные, Лук зеленый, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Зелень п-ф	Лагман	59-59
		50	Калорийность-301, Белки-16, Жиры-8, Углеводы-41, ВитаминА-6, ВитаминС-6, ВитаминРР-3	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Напиток из плодов шиповника	9-32
			Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Картофель, Таматная паста, Вода, Чеснок, Приправы, Макароны изделия, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Масса соуса с фаршем		
Итого за Обед			Калорийность-678, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-103, ВитаминА-6, ВитаминС-216, ВитаминРР-4		96-15
Обед-2комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	24-51
Раз-но пр-ам стал.школы Гармония	100/150	100/150	Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплята потр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы	Лагман	59-59
		50	Калорийность-301, Белки-16, Жиры-8, Углеводы-41, ВитаминА-6, ВитаминС-6, ВитаминРР-3	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Напиток из плодов шиповника	9-32
			Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Картофель, Таматная паста, Вода, Чеснок, Приправы, Макароны изделия, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Масса соуса с фаршем		
Итого за Обед			Калорийность-734, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-113, ВитаминА-28, ВитаминС-223, ВитаминРР-5		97-75
Обед-3комплекс (5-11 кл.)					
Сб.рец.2004г.М осква	71	100	Калорийность-126, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-8, ВитаминС-9	Винегрет овощной	22-91
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Картофель, Свекла красная, Морковь, Огурцы консервированные, Лук зеленый, Масло растительное, Соль поваренная пищевая, Зелень п-ф	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	24-51
Раз-но пр-ам стал.школы Гармония	100/150	100/150	Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплята потр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы	Лагман	59-59
		50	Калорийность-301, Белки-16, Жиры-8, Углеводы-41, ВитаминА-6, ВитаминС-6, ВитаминРР-3	Хлеб пшеничный	4-33
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-25, ВитаминС-1	Напиток из плодов шиповника	9-32
			Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Картофель, Таматная паста, Вода, Чеснок, Приправы, Макароны изделия, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Масса соуса с фаршем		
Итого за Обед			Калорийность-860, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-121, ВитаминА-28, ВитаминС-233, ВитаминРР-6		120-66
Завтрак-9комплекс 5кл-11кл					
Сб.рец.2004г.М осква	96	30	Калорийность-198, Жиры-22, ВитаминА-120	Масло сливочное .	47-05
Сб.рец.2004г.М осква	302	200/10	Калорийность-306, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-45, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	33-55
			Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Крупа пшеничная, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Батон	6-90
Сб.рец.2008 Ижевск	149	200	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	Какао с молоком	18-36
			Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминА-20, ВитаминС-1		
Итого за Завтрак			Калорийность-780, Белки-16, Жиры-37, Углеводы-97, ВитаминА-199, ВитаминС-3, ВитаминРР-1		105-86

Директор

Чугаев А.Х.

Шеф повар

Захарикова И.Н.

Калькулятор

Никипина Т.В.



вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>Обед-Льготники (дети м.д.1 корп.)</u>					
Сб.рец.2004г.М осква	71	95	Калорийность-120, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7, ВитаминС-9 Картофель, Свекла красная, Морковь, Огурцы консервированные, Лук зеленый, Масло растительное, Зелень п-ф, Соль поваренная пищевая.	Винегрет овощной	21-76
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2 Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплята потр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	24-51
Сб.рец.2004г.М осква	332	180	Калорийность-248, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-43, ВитаминА-25, ВитаминРР-1 Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	16-86
		100	Калорийность-226, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-50, ВитаминС-2	Хлеб пшеничный	8-66
Сб.рец.2004г.М осква	705	200	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-200 Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника	9-32
Итого за Обед Калорийность-913, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-148, ВитаминА-47, ВитаминС-228, ВитаминРР-4					81-11

Директор

Чугалева А.Х.

Шеф повар

Захарикова И.Н.

Калькулятор

Никитина Т.В.



вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак-Льготники (дети ОВЗ 1 корп.)</u>					
Сб.рец.2004г.М осква	96	10	Калорийность-66, Жиры-7, ВитаминА-40	Масло сливочное .	14-76
Сб.рец.2004г.М осква	302	150/7,5	Калорийность-231, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-34, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каши пшеничная на молоке с маслом сливочным	25-24
		50	Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая, Крупа пшеничная, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Батон	6-90
Сб.рец.2008 Ижевск	149	160	Калорийность-116, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-20, ВитаминА-16, ВитаминС-1	Какао с молоком	14-68
			Какао-порошок, Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок, Вода		
Итого за Завтрак				Калорийность-542, Белки-13, Жиры-19, Углеводы-81, ВитаминА-101, ВитаминС-2, ВитаминРР-1	61-58
<u>Обед-Льготники (дети ОВЗ 1 корп.)</u>					
Сб.рец.2004г.М осква	132	250/12,5/10	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-18, ВитаминА-21, ВитаминС-17, ВитаминРР-2	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	24-51
			Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая, Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплята потр.1 кат.бройл., Сметана, Приправы		
Раз-но пр-ам стал.шкалы Гармония		100/150	Калорийность-301, Белки-16, Жиры-8, Углеводы-41, ВитаминА-6, ВитаминС-6, ВитаминРР-3	Лагман	59-59
			Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Картофель, Томатная паста, Вода, Чеснок, Приправы, Макароны изделия, Соль поваренная пищевая, Масло сливочное, Масса соуса с фаршем		
		40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный	3-46
Сб.рец.2004г.М осква	705	180	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-180	Напиток из плодов шиповника	8-39
			Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода		
Итого за Обед				Калорийность-697, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-105, ВитаминА-28, ВитаминС-203, ВитаминРР-5	95-95
Итого за день				Калорийность-1 240, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-186, ВитаминА-128, ВитаминВ2-1, ВитаминС-205, ВитаминРР-6	157-53

Директор

Мугалаев А.Х.

Шеф повар

Захарикова И.Н.

Калькулятор

Никитина Т.В.

