

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
250	Суп картофельный с бобовыми с мясом <i>картофель, мясо птицы 40, горох, мясо говядины, мясо свинины (бек), морковь, лук, масло растительное, масло сливочное, соль</i>	Са-44, Fe-2, К-497, Mg-39, P-109, ВитаминЕ-3, Калорийность-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-12	19-90
90	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-117, Са-30, Mg-12, P-80, ВитаминЕ-2, Калорийность-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминС-1	32-30
155	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	9-40
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-20
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-40
Итого за Обед		Са-97, Fe-4, К-710, Mg-75, P-254, ВитаминЕ-15, Калорийность-807, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-106, ВитаминС-13	66-20
Выпечка			
60	Пирожки с яйцом <i>яйцо, мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-337, Fe-15, К-854, Mg-73, P-1 172, ВитаминЕ-6, Калорийность-1 009, Белки-78, Жиры-75, Углеводы-6	9-20
50	Булочка домашняя <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-12, Fe-1, К-28, Mg-2, P-39, ВитаминЕ-4, Калорийность-130, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-7	3-70
75	Ватрушка с повидло <i>яйцо, мука пшеничная, повидло разное, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-57, Fe-3, К-149, Mg-17, P-197, ВитаминЕ-2, Калорийность-260, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-22	9-10
75	Пирожки с капустой <i>яйцо, мука пшеничная, капуста, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-140, Fe-6, К-403, Mg-32, P-438, ВитаминЕ-3, Калорийность-408, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-6, ВитаминС-14	7-70
75	Пирожок со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-129, Fe-2, К-217, Mg-19, P-224, ВитаминЕ-2, Калорийность-244, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-17	13-60
75	Пирожки с вишней <i>яйцо, мука пшеничная, вишня для напитков и пирогов, сахарный песок, масло сливочное, дрожжи, соль</i>	Са-34, Fe-1, К-121, Mg-11, P-85, Калорийность-99, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-4	10-70
113	Пицца школьная ТТК <i>яйцо, мука пшеничная, филе цыпленка бройлера 40, сыр российский, томатная паста, сметана, огурцы соленые, масло сливочное, сахарный песок, дрожжи, соль, масло растительное</i>	Са-158, Fe-3, К-259, Mg-22, P-258, ВитаминЕ-1, Калорийность-264, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-6, ВитаминС-5	32-50
Итого за Выпечка		Са-867, Fe-31, К-2 031, Mg-176, P-2 413, ВитаминЕ-18, Калорийность-2 414, Белки-155, Жиры-167, Углеводы-69, ВитаминС-23	86-50
Итого за день		Са-964, Fe-35, К-2 741, Mg-251, P-2 667, ВитаминЕ-33, Калорийность-3 221, Белки-186, Жиры-195, Углеводы-175, ВитаминС-36	152-70

ОВЗ 1-11 кл

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Каша рисовая молочная жидкая <i>молоко цельное, рис, сахарный песок, масло сливочное, соль</i>	Р-101, Са-108, Mg-20, К-140, Калорийность-160, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-39, ВитаминС-1	23-96
60	Бутерброды горячие с сыром <i>хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное</i>	Р-115, Mg-11, К-51, ВитаминЕ-1, Fe-1, Са-167, Калорийность-176, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-19	17-35
200	Какао с молоком витаминизированное <i>молоко цельное, сахарный песок, какао, какао витошка</i>	Са-6, Fe-1, К-61, Mg-17, P-26, Калорийность-190, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	17-42
105	Мандарины	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-9, ВитаминС-63	16-27
Итого за Завтрак		Р-242, Са-281, Fe-2, Mg-48, ВитаминЕ-1, К-252, Калорийность-565, Белки-24, Жиры-28, Углеводы-100, ВитаминС-64	75-00
<u>Обед</u>			
10	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-1, P-1, К-15, Mg-1, Калорийность-1, ВитаминС-1	1-99
250	Суп картофельный с бобовыми с мясом <i>картофель, мясо птицы 40, горох, мясо говядины, мясо свинины (бек), морковь, лук, масло растительное, масло сливочное, соль</i>	Са-44, Fe-2, К-497, Mg-39, P-109, ВитаминЕ-3, Калорийность-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-12	19-91
90	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-117, Са-30, Mg-12, P-80, ВитаминЕ-2, Калорийность-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминС-1	32-32
155	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	6-48
180	Компот из свежих плодов (2 вар) <i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>	Р-5, Са-7, Mg-5, К-46, Калорийность-128, Углеводы-45, ВитаминС-14	11-92
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Обед		Са-105, P-260, К-771, ВитаминЕ-15, Fe-4, Mg-81, Калорийность-876, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-136, ВитаминС-28	75-00
Итого за день		Р-502, Са-386, Fe-6, Mg-129, ВитаминЕ-16, К-1 023, Калорийность-1 441, Белки-55, Жиры-56, Углеводы-236, ВитаминС-92	150-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В. Повар _____ Коровкина Н.М.

Директор

Дьячкова Е.Ю.

Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
30	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-2, Р-4, К-44, Mg-3, Калорийность-4, Углеводы-1, ВитаминС-4	6-00
120	Котлета из мяса птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-156, Са-40, Mg-15, P-107, ВитаминЕ-3, Калорийность-324, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-20, ВитаминС-1	43-96
155	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	9-41
200	Компот из свежих плодов (2 вар) <i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>	P-6, Са-8, Mg-5, К-52, Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-15	13-25
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Завтрак		Са-73, P-182, К-348, ВитаминЕ-13, Fe-2, Mg-47, Калорийность-807, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-125, ВитаминС-20	75-00
Итого за день		Са-73, P-182, К-348, ВитаминЕ-13, Fe-2, Mg-47, Калорийность-807, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-125, ВитаминС-20	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Директор

Дьячкова Е.Ю.

Соц нач школа

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
30	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-2, Р-4, К-44, Mg-3, Калорийность-4, Углеводы-1, ВитаминС-4	5-98
120	Котлета из мяса птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-156, Са-40, Mg-15, Р-107, ВитаминЕ-3, Калорийность-324, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-20, ВитаминС-1	43-98
155	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, Р-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	9-41
200	Компот из свежих плодов (2 вар) <i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>	Р-6, Са-8, Mg-5, К-52, Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-15	13-25
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Завтрак		Са-73, Р-182, К-348, ВитаминЕ-13, Fe-2, Mg-47, Калорийность-807, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-125, ВитаминС-20	75-00
Итого за день		Са-73, Р-182, К-348, ВитаминЕ-13, Fe-2, Mg-47, Калорийность-807, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-125, ВитаминС-20	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.