

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
260	Суп с макаронными изделиями мясом <i>мясо птицы 40, вермишель, мясо свинины (беск), морковь, лук, масло сливочное, соль, томатная паста, лавровый лист</i>	Са-12, Fe-1, К-78, Mg-9, P-30, ВитаминЕ-4, Калорийность-142, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-51, ВитаминС-2	18-70
150	Оладьи со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-129, К-159, Mg-16, P-105, ВитаминЕ-2, Калорийность-414, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-67	24-80
90	Гуляш из свинины <i>мясо свинины (беск), лук, томатная паста, масло растительное, мука пшеничная, соль</i>	К-67, Mg-5, ВитаминЕ-2, P-12, Са-5, Калорийность-278, Белки-10, Жиры-25, Углеводы-3, ВитаминС-3	36-00
150	Рис отварной <i>рис, масло сливочное, соль</i>	Са-4, P-55, Mg-18, К-37, Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39	11-60
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-150, Fe-1, К-341, Mg-48, P-202, ВитаминЕ-8, Калорийность-1 214, Белки-33, Жиры-49, Углеводы-195, ВитаминС-5	95-70
<u>Выпечка</u>			
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
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	29-30
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
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 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	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
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
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	83-30
Итого за день		Са-1 017, Fe-32, К-2 372, Mg-224, P-2 615, ВитаминЕ-26, Калорийность-3 628, Белки-188, Жиры-216, Углеводы-264, ВитаминС-28	179-00

_____ Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Директор

Дьячкова Е.Ю.

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	Оладьи со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-172, Fe-1, К-212, Mg-21, P-140, ВитаминЕ-3, Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминС-1	36-74
196	Груши	Калорийность-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1, ВитаминС-7	36-09
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-17
Итого за Завтрак		Са-172, Fe-1, К-212, Mg-21, P-140, ВитаминЕ-3, Калорийность-701, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-105, ВитаминС-8	75-00
<u>Обед</u>			
10	Огурец свежий	P-2, К-10, Са-1, Mg-1, Калорийность-1	2-58
250	Суп с макаронными изделиями мясом <i>мясо птицы 40, вермишель, мясо свинины (беск), морковь, лук, масло сливочное, соль, томатная паста, лавровый лист</i>	Са-12, Fe-1, К-75, Mg-9, P-29, ВитаминЕ-4, Калорийность-137, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, ВитаминС-2	17-98
90	Гуляш из свинины <i>мясо свинины (беск), лук, томатная паста, масло растительное, мука пшеничная, соль</i>	К-67, Mg-5, ВитаминЕ-2, P-12, Са-5, Калорийность-278, Белки-10, Жиры-25, Углеводы-3, ВитаминС-3	35-97
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Mg-84, К-158, P-125, Са-12, Fe-3, Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43	8-13
180	Сок	К-216, Са-6, P-29, Fe-1, Mg-11, Калорийность-77, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-9	8-56
30	хлеб ржаной	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15	1-78
Итого за Обед		P-197, К-526, ВитаминЕ-6, Са-36, Fe-5, Mg-110, Калорийность-841, Белки-27, Жиры-39, Углеводы-128, ВитаминС-14	75-00
Итого за день		Са-208, Fe-6, К-738, Mg-131, P-337, ВитаминЕ-9, Калорийность-1 542, Белки-43, Жиры-55, Углеводы-233, ВитаминС-22	150-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Директор

Дьячкова Е.Ю.

Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Оладьи со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-172, Fe-1, К-212, Mg-21, P-140, ВитаминЕ-3, Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминС-1	36-03
200	Груши	Калорийность-91, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1, ВитаминС-8	36-80
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-17
Итого за Завтрак		Са-172, Fe-1, К-212, Mg-21, P-140, ВитаминЕ-3, Калорийность-703, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-105, ВитаминС-9	75-00
Итого за день		Са-172, Fe-1, К-212, Mg-21, P-140, ВитаминЕ-3, Калорийность-703, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-105, ВитаминС-9	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>			
200	Оладьи со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-172, Fe-1, К-212, Mg-21, P-140, ВитаминЕ-3, Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминС-1	33-98
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-17
276	Яблоки	Калорийность-123, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1, ВитаминС-6	29-22
15	Сыр (порциями) <i>сыр российский, сыр голландский</i>	Са-132, Mg-5, P-75, К-13, Калорийность-55, Белки-3, Жиры-4	9-63
Итого за Завтрак		Са-304, Fe-1, К-225, Mg-26, P-215, ВитаминЕ-3, Калорийность-790, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-105, ВитаминС-7	75-00
Итого за день		Са-304, Fe-1, К-225, Mg-26, P-215, ВитаминЕ-3, Калорийность-790, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-105, ВитаминС-7	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.