

**Платники**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной</b> <i>свекла красная, мясо птицы 40, капуста, картофель, мясо свинины (бек), мясо говядины, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, сметана, сахарный песок, соль, чеснок, лимонная кислота</i>	Са-45, Fe-1, К-405, Mg-27, P-57, ВитаминЕ-2, Калорийность-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13, ВитаминС-22	<b>24-00</b>
150	<b>Запеканка из творога с молоком сгущенным</b> <i>творог, яйцо, молоко сгущенное, молоко цельное, мука пшеничная, крупа манная, сахарный песок, масло сливочное, панировочные сухари, соль</i>	Mg-16, P-122, Са-111, К-111, Калорийность-372, Белки-23, Жиры-13, Углеводы-39	<b>61-10</b>
80	<b>Птица бедро отварное соусом</b> <i>мясо птицы 40, сметана, масло сливочное, томатная паста, лук, мука пшеничная, соль</i>	К-6, Са-2, P-3, Калорийность-239, Белки-17, Жиры-19	<b>39-30</b>
80	<b>Мясо по французки</b> <i>мясо свинины (бек), сыр голландский, томатная паста, сметана, чеснок, соль</i>	Са-285, Fe-1, К-160, Mg-23, P-177, Калорийность-124, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-4, ВитаминС-6	<b>44-00</b>
150	<b>Рис отварной</b> <i>рис, масло сливочное, соль</i>	Са-4, P-55, Mg-18, К-37, Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39	<b>12-10</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-20</b>
40	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	<b>2-40</b>
<b>Итого за Обед</b>		Са-447, Fe-2, К-719, Mg-84, P-414, ВитаминЕ-2, Калорийность-1 237, Белки-57, Жиры-53, Углеводы-130, ВитаминС-28	<b>185-10</b>

### Выпечка

113	<b>Пицца школьная ТТК</b>	Са-158, Fe-3, К-259, Mg-22, P-258, ВитаминЕ-1, Калорийность-264, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-6, ВитаминС-5	<b>30-40</b>
	<i>яйцо, мука пшеничная, филе цыпленка бройлера 40, сыр российский, томатная паста, сметана, огурцы соленые, масло сливочное, сахарный песок, дрожжи, соль, масло растительное</i>		
75	<b>Пирожки с вишней</b>	Са-34, Fe-1, К-121, Mg-11, P-85, Калорийность-99, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-4	<b>11-00</b>
	<i>яйцо, мука пшеничная, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, масло сливочное, дрожжи, соль</i>		
50	<b>Булочка домашняя</b>	Са-12, Fe-1, К-28, Mg-2, P-39, ВитаминЕ-4, Калорийность-130, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-7	<b>3-70</b>
	<i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>		
60	<b>Пирожки с яйцом</b>	Са-337, Fe-15, К-854, Mg-73, P-1 172, ВитаминЕ-6, Калорийность-1 009, Белки-78, Жиры-75, Углеводы-6	<b>8-80</b>
	<i>яйцо, мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>		
75	<b>Пирожки с капустой</b>	Са-140, Fe-6, К-403, Mg-32, P-438, ВитаминЕ-3, Калорийность-408, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-6, ВитаминС-14	<b>8-00</b>
	<i>яйцо, мука пшеничная, капуста, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>		
75	<b>Ватрушка с творогом</b>	Са-111, Fe-3, К-194, Mg-20, P-284, ВитаминЕ-2, Калорийность-274, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-5	<b>13-80</b>
	<i>яйцо, мука пшеничная, творог, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>		
75	<b>Пирожок со сгущенным молоком</b>	Са-129, Fe-2, К-217, Mg-19, P-224, ВитаминЕ-2, Калорийность-244, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-17	<b>13-50</b>
	<i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>		
	<b>Итого за Выпечка</b>	Са-921, Fe-31, К-2 076, Mg-179, P-2 500, ВитаминЕ-18, Калорийность-2 428, Белки-164, Жиры-173, Углеводы-52, ВитаминС-23	<b>89-20</b>
	<b>Итого за день</b>	Са-1 368, Fe-33, К-2 795, Mg-263, P-2 914, ВитаминЕ-20, Калорийность-3 665, Белки-221, Жиры-226, Углеводы-182, ВитаминС-51	<b>274-30</b>

Медсестра \_\_\_\_\_ Прокофьева Г.В.

Повар \_\_\_\_\_ Коровкина Н.М.

**ОВЗ 1-11 кл**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
170	<b>Запеканка из творога с молоком сгущенным</b> <i>творог, яйцо, молоко сгущенное, молоко цельное, мука пшеничная, крупа манная, сахарный песок, масло сливочное, панировочные сухари, соль</i>	Mg-18, P-139, Ca-125, K-126, Калорийность-422, Белки-26, Жиры-15, Углеводы-44	<b>70-39</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-21</b>
30	<b>хлеб пшеничный</b>	Ca-6, K-28, Mg-4, P-20, Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	<b>2-40</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Mg-22, P-159, Ca-131, K-154, Калорийность-561, Белки-28, Жиры-16, Углеводы-74	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной</b> <i>свекла красная, мясо птицы 40, капуста, картофель, мясо свинины (бек), мясо говядины, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, сметана, сахарный песок, соль, чеснок, лимонная кислота</i>	Ca-45, Fe-1, K-405, Mg-27, P-57, ВитаминЕ-2, Калорийность-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13, ВитаминС-22	<b>24-04</b>
90	<b>Птица, тушенная в сметанном соусе с томатом</b> <i>мясо птицы 40, сметана, томатная паста, мука пшеничная, масло растительное</i>	Ca-11, K-53, Mg-3, P-10, ВитаминЕ-1, Калорийность-175, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-3, ВитаминС-2	<b>33-15</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Mg-84, K-158, P-125, Ca-12, Fe-3, Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43	<b>7-40</b>
180	<b>Компот из черной и красной смородины</b> <i>смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок</i>	Ca-27, Fe-1, K-226, Mg-17, P-24, Калорийность-124, Углеводы-30, ВитаминС-18	<b>8-63</b>
30	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-78</b>
<b>Итого за Обед</b>		Ca-95, Fe-5, K-842, Mg-131, P-216, ВитаминЕ-3, Калорийность-769, Белки-24, Жиры-27, Углеводы-104, ВитаминС-42	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Mg-153, P-375, Ca-226, Fe-5, ВитаминЕ-3, K-996, Калорийность-1 330, Белки-52, Жиры-43, Углеводы-178, ВитаминС-42	<b>150-00</b>

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
10	<b>Помидоры свежие</b> <i>помидоры, огурцы</i>	Са-1, Р-1, К-15, Mg-1, Калорийность-1, ВитаминС-1	<b>2-04</b>
95	<b>Птица бедро отварное соусом</b> <i>мясо птицы 40, сметана, масло сливочное, томатная паста, лук, мука пшеничная, соль</i>	К-8, Са-2, Р-3, Калорийность-283, Белки-20, Жиры-22, ВитаминС-1	<b>46-63</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Mg-84, К-158, Р-125, Са-12, Fe-3, Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43	<b>8-59</b>
180	<b>Компот из черной и красной смородины</b> <i>смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок</i>	Са-27, Fe-1, К-226, Mg-17, Р-24, Калорийность-124, Углеводы-30, ВитаминС-18	<b>16-55</b>
20	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10	<b>1-19</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Са-42, Р-153, К-407, Fe-4, Mg-102, Калорийность-733, Белки-30, Жиры-30, Углеводы-83, ВитаминС-20	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Са-42, Р-153, К-407, Fe-4, Mg-102, Калорийность-733, Белки-30, Жиры-30, Углеводы-83, ВитаминС-20	<b>75-00</b>

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
10	<b>Помидоры свежие</b> <i>помидоры, огурцы</i>	Са-1, Р-1, К-15, Mg-1, Калорийность-1, ВитаминС-1	<b>2-04</b>
95	<b>Птица бедро отварное соусом</b> <i>мясо птицы 40, сметана, масло сливочное, томатная паста, лук, мука пшеничная, соль</i>	К-8, Са-2, Р-3, Калорийность-283, Белки-20, Жиры-22, ВитаминС-1	<b>46-62</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Mg-84, К-158, Р-125, Са-12, Fe-3, Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43	<b>8-60</b>
180	<b>Компот из черной и красной смородины</b> <i>смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок</i>	Са-27, Fe-1, К-226, Mg-17, Р-24, Калорийность-124, Углеводы-30, ВитаминС-18	<b>16-55</b>
20	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10	<b>1-19</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Са-42, Р-153, К-407, Fe-4, Mg-102, Калорийность-733, Белки-30, Жиры-30, Углеводы-83, ВитаминС-20	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Са-42, Р-153, К-407, Fe-4, Mg-102, Калорийность-733, Белки-30, Жиры-30, Углеводы-83, ВитаминС-20	<b>75-00</b>

Медсестра \_\_\_\_\_ Прокофьева Г.В.

Повар \_\_\_\_\_ Коровкина Н.М.