

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
265	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-80, Mg-10, P-31, ВитаминЕ-4, Калорийность-145, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-52, ВитаминС-2	20-50
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	25-00
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	36-70
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	12-10
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-343, Mg-49, P-203, ВитаминЕ-8, Калорийность-1 217, Белки-33, Жиры-49, Углеводы-196, ВитаминС-5	98-90
<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	8-70
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	33-50
75	Пирожки с вишней <i>яйцо, мука пшеничная, вишня для выпечки 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	11-10
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	13-50
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	8-00
75	Ватрушка с творогом <i>яйцо, мука пшеничная, творог, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-111, Fe-3, К-194, Mg-20, P-284, ВитаминЕ-2, Калорийность-274, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-5	13-80
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	3-60
Итого за Выпечка		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	92-20
Итого за день		Са-1 071, Fe-32, К-2 419, Mg-228, P-2 703, ВитаминЕ-26, Калорийность-3 645, Белки-197, Жиры-222, Углеводы-248, ВитаминС-28	191-10

_____ 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>			
180	Оладьи со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-155, К-191, Mg-19, P-126, ВитаминЕ-3, Калорийность-497, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-80	29-91
200	Снежок	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-1,	16-56
130	Груши	ВитаминС-5	26-54
180	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14	1-99
Итого за Завтрак		Са-155, К-191, Mg-19, P-126, ВитаминЕ-3, Калорийность-610, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-95, ВитаминС-5	75-00
<u>Обед</u>			
5	Огурец свежий	P-1, К-5	0-95
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	19-31
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	36-70
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	7-70
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-196, К-521, ВитаминЕ-6, Са-35, Fe-5, Mg-109, Калорийность-840, Белки-27, Жиры-39, Углеводы-128, ВитаминС-14	75-00
Итого за день		Са-190, Fe-5, К-712, Mg-128, P-322, ВитаминЕ-9, Калорийность-1 450, Белки-42, Жиры-52, Углеводы-223, ВитаминС-19	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>			
160	Оладьи со сгущенным молоком <small>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</small>	Са-138, К-170, Mg-17, P-112, ВитаминЕ-3, Калорийность-442, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-71	27-77
200	Снежок	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-1,	16-56
130	Груши	ВитаминС-5	28-46
200	Чай с сахаром <small>сахарный песок, чай</small>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-21
Итого за Завтрак		Са-138, К-170, Mg-17, P-112, ВитаминЕ-3, Калорийность-561, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-87, ВитаминС-5	75-00
Итого за день		Са-138, К-170, Mg-17, P-112, ВитаминЕ-3, Калорийность-561, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-87, ВитаминС-5	75-00

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

Директор

Дьячкова Е.Ю.

Соц нач школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
150	Оладьи со сгущенным молоком <small>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</small>	Са-129, К-159, Mg-16, P-105, ВитаминЕ-2, Калорийность-414, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-67	22-72
200	Снежок		19-81
180	Чай с сахаром <small>сахарный песок, чай</small>	Калорийность-54, Углеводы-14	1-99
2	Шоколадка		30-48
Итого за Завтрак		Са-129, К-159, Mg-16, P-105, ВитаминЕ-2, Калорийность-468, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-81	75-00
Итого за день		Са-129, К-159, Mg-16, P-105, ВитаминЕ-2, Калорийность-468, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-81	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.