

# 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>Суп картофельный с бобовыми с мясом</b> <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	<b>35-00</b>
90	<b>Котлета из мясо птицы</b> <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	<b>32-40</b>
155	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b> <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	<b>9-50</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-97, Fe-4, К-710, Mg-75, P-254, ВитаминЕ-15, Калорийность-807, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-106, ВитаминС-13	<b>81-50</b>
<b><u>Выпечка</u></b>			
60	<b>Пирожки с яйцом</b> <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	<b>8-70</b>
50	<b>Булочка домашняя</b> <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	<b>3-60</b>
113	<b>Пицца школьная ТТК</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>	Са-158, Fe-3, К-259, Mg-22, P-258, ВитаминЕ-1, Калорийность-264, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-6, ВитаминС-5	<b>33-50</b>
75	<b>Пирожки с капустой</b> <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	<b>8-00</b>
75	<b>Пирожок со сгущенным молоком</b> <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	<b>13-50</b>
75	<b>Пирожки с вишней</b> <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	<b>11-10</b>
<b>Итого за Выпечка</b>		Са-810, Fe-28, К-1 882, Mg-159, P-2 216, ВитаминЕ-16, Калорийность-2 154, Белки-144, Жиры-154, Углеводы-47, ВитаминС-23	<b>78-40</b>
<b>Итого за день</b>		Са-907, Fe-32, К-2 592, Mg-234, P-2 470, ВитаминЕ-31, Калорийность-2 961, Белки-175, Жиры-182, Углеводы-153, ВитаминС-36	<b>159-90</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>			
200	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b> <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	<b>18-01</b>
60	<b>Бутерброды горячие с сыром</b> <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	<b>21-16</b>
200	<b>Какао с молоком витаминизированное</b> <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	<b>20-14</b>
130	<b>Яблоки</b>	Калорийность-58, Белки-1, Жиры-1, ВитаминС-3	<b>15-69</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Р-242, Са-281, Fe-2, Mg-48, ВитаминЕ-1, К-252, Калорийность-584, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-91, ВитаминС-4	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Суп картофельный с бобовыми с мясом</b> <i>картофель, мясо птицы 40, горох, мясо говядины, мясо свинины (беск), 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	<b>22-57</b>
90	<b>Котлета из мяса птицы</b> <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	<b>32-45</b>
155	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b> <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	<b>5-27</b>
180	<b>Компот из свежих плодов (2 вар)</b> <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	<b>12-93</b>
30	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-78</b>
<b>Итого за Обед</b>		Са-104, Fe-4, К-756, Mg-80, P-259, ВитаминЕ-15, Калорийность-852, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-131, ВитаминС-27	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Р-501, Са-385, Fe-6, Mg-128, ВитаминЕ-16, К-1 008, Калорийность-1 436, Белки-54, Жиры-57, Углеводы-222, ВитаминС-31	<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>			
25	<b>Помидоры свежие</b> <i>помидоры, огурцы</i>	Са-2, Р-3, К-36, Mg-3, Калорийность-3, ВитаминС-3	<b>5-23</b>
120	<b>Котлета из мяса птицы</b> <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	<b>43-27</b>
155	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b> <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	<b>9-76</b>
200	<b>Компот из свежих плодов (2 вар)</b> <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	<b>14-36</b>
40	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	<b>2-38</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Са-73, P-181, К-340, ВитаминЕ-13, Fe-2, Mg-47, Калорийность-806, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-124, ВитаминС-19	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Са-73, P-181, К-340, ВитаминЕ-13, Fe-2, Mg-47, Калорийность-806, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-124, ВитаминС-19	<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>			
20	<b>Помидоры свежие</b> <i>помидоры, огурцы</i>	Са-1, Р-3, К-29, Mg-2, Калорийность-2, ВитаминС-3	<b>4-19</b>
120	<b>Котлета из мяса птицы</b> <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	<b>44-56</b>
155	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b> <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	<b>9-51</b>
200	<b>Компот из свежих плодов (2 вар)</b> <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	<b>14-36</b>
40	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	<b>2-38</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Са-72, Р-181, К-333, ВитаминЕ-13, Fe-2, Mg-46, Калорийность-805, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-124, ВитаминС-19	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Са-72, Р-181, К-333, ВитаминЕ-13, Fe-2, Mg-46, Калорийность-805, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-124, ВитаминС-19	<b>75-00</b>

Медсестра \_\_\_\_\_ Прокофьева Г.В.

Повар \_\_\_\_\_ Коровкина Н.М.