

## МЕНЮ: Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Выпечка</u></b>			
75	<b>Колбасные изделия запеченные в тесте</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Сосиски, Яйцо</i>	Калорийность-297, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-31	<b>17,90</b>
60	<b>Пирожки с яйцом</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	<b>8,20</b>
75	<b>Пирожки с вишней</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, вишня для напитка и пирогов</i>	Калорийность-262, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-53	<b>8,90</b>
75	<b>Пирожок со сгущенным молоком</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, молоко сгущенное</i>	Калорийность-211, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48	<b>10,20</b>
113	<b>Пицца школьная в -2 ТТК</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Масло растительное, Колбаса докторская, Сыр "Российский", Томатная паста, Огурцы соленые, Сметана</i>	Калорийность-299, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-28, Железо-1	<b>32,00</b>
100	<b>Сороконожка</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Сосиски, Сыр "Российский", Яйцо</i>	Калорийность-297, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-31	<b>28,40</b>
75	<b>Пирожки с капустой</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Капуста</i>	Калорийность-527, Белки-33, Жиры-30, Углеводы-30	<b>6,30</b>
50	<b>Булочка Домашняя</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	<b>3,48</b>
<b>Итого за Выпечка</b>		Калорийность-3 225, Белки-163, Жиры-167, Углеводы-275, Железо-1	<b>115,38</b>

Обед

265	<b>Суп с макаронными изделиями и мясом</b> <i>Вермишель, Морковь, Лук, Масло сливочное, Соль, Мясо говядины, Томатная паста</i>	Калорийность-145, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-1, ВитаминРР-13, Магний-12, Фосфор-39, Железо-1	<b>12,00</b>
60	<b>Шницель мясной</b> <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-157, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-10, Магний-14, Фосфор-45, Железо-1	<b>29,90</b>
150	<b>Рагу овощное</b> <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-146, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-16, ВитаминА-1, ВитаминВ1-1, ВитаминС-9, Магний-25, Фосфор-92, Железо-1	<b>7,40</b>
150/25	<b>Оладьи</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, молоко сгущеное</i>	Калорийность-483, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-78, ВитаминА-39, ВитаминВ2-5, ВитаминС-1, Магний-58, Фосфор-260, Железо-2	<b>17,70</b>
155	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	<b>6,80</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>1,90</b>
40	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	<b>2,00</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-1 327, Белки-39, Жиры-45, Углеводы-189, ВитаминА-41, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-5, ВитаминС-11, ВитаминРР-13, Магний-144, Фосфор-553, Железо-9	<b>77,70</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-4 552, Белки-202, Жиры-212, Углеводы-463, ВитаминА-41, ВитаминВ1-2, ВитаминВ2-5, ВитаминС-11, ВитаминРР-13, Магний-144, Фосфор-553, Железо-10	<b>193,08</b>

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М

## МЕНЮ: ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
150/25	<b>Оладьи</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, молоко сгущеное</i>	Калорийность-483, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-78, ВитаминА-39, ВитаминВ2-5, ВитаминС-1, Магний-58, Фосфор-260, Железо-2	17,68
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-2, Железо-1	24,62
130	<b>Груша</b>	Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-13	23,17
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-702, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-115, ВитаминА-39, ВитаминВ2-5, ВитаминС-3, Магний-58, Фосфор-260, Железо-3	65,47
<b><u>Обед</u></b>			
14	<b>Помидор свежий</b>	Калорийность-3, Углеводы-1	2,46
265	<b>Суп с макаронными изделиями и мясом</b> <i>Вермишель, Морковь, Лук, Масло сливочное, Соль, Мясо говядины, Томатная паста</i>	Калорийность-145, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-1, ВитаминРР-13, Магний-12, Фосфор-39, Железо-1	12,06
90	<b>Шницель мясной</b> <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-235, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-14, Магний-22, Фосфор-68, Железо-2	44,89
150	<b>Рагу овощное</b> <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-146, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-16, ВитаминА-1, ВитаминВ1-1, ВитаминС-9, Магний-25, Фосфор-92, Железо-1	7,40
180	<b>Сок</b> <i>сок пачка, сок</i>	Калорийность-72, Углеводы-18	5,07
40	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	1,98
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-693, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-85, ВитаминА-1, ВитаминВ1-1, ВитаминС-10, ВитаминРР-13, Магний-68, Фосфор-270, Железо-5	73,86
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 395, Белки-45, Жиры-45, Углеводы-200, ВитаминА-41, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-5, ВитаминС-13, ВитаминРР-13, Магний-126, Фосфор-530, Железо-8	139,33

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М

## МЕНЮ: 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>			
150/50	<b>Оладьи</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, молоко сгущеное</i>	Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-1, Магний-66, Фосфор-297, Железо-3	<b>24,68</b>
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-2, Железо-1	<b>15,27</b>
140	<b>Груша</b>	Калорийность-66, Белки-1, Углеводы-14	<b>24,96</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-776, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-127, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-3, Магний-66, Фосфор-297, Железо-4	<b>64,91</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-776, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-127, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-3, Магний-66, Фосфор-297, Железо-4	<b>64,91</b>

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М

## МЕНЮ: Соц,нач,школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
150/50	<b>Оладьи</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, молоко сгущеное</i>	Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-1, Магний-66, Фосфор-297, Железо-3	<b>26,47</b>
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-2, Железо-1	<b>15,27</b>
130	<b>Груша</b>	Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-13	<b>23,27</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-772, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-126, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-3, Магний-66, Фосфор-297, Железо-4	<b>65,01</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-772, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-126, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-3, Магний-66, Фосфор-297, Железо-4	<b>65,01</b>

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М

## МЕНЮ: Завтраки нач,школы

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
150/40	<b>Оладьи</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, молоко сгущеное</i>	Калорийность-525, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-85, ВитаминА-43, ВитаминВ2-5, ВитаминС-1, Магний-63, Фосфор-282, Железо-3	21,77
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-2, Железо-1	20,35
200	<b>Яблоко</b>	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-16	22,87
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-777, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-124, ВитаминА-43, ВитаминВ2-6, ВитаминС-3, Магний-63, Фосфор-282, Железо-4	64,99
<b>Итого за</b>		Калорийность-777, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-124, ВитаминА-43, ВитаминВ2-6, ВитаминС-3, Магний-63, Фосфор-282, Железо-4	64,99

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М

## МЕНЮ: Обед нач, школы ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Обед</u></b>			
265	<b>Суп с макаронными изделиями и мясом</b> <i>Вермишель, Морковь, Лук, Масло сливочное, Соль, Томатная паста</i>	Калорийность-145, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-1, ВитаминРР-13, Магний-12, Фосфор-39, Железо-1	<b>5,98</b>
90	<b>Шницель мясной</b> <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-235, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-14, Магний-22, Фосфор-68, Железо-2	<b>44,90</b>
150	<b>Рагу овощное</b> <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Масло сливочное, Соль, Лавровый лист</i>	Калорийность-146, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-16, ВитаминА-1, ВитаминВ1-1, ВитаминС-9, Магний-25, Фосфор-92, Железо-1	<b>7,77</b>
30	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15, Магний-8, Фосфор-54, Железо-1	<b>1,49</b>
10	<b>Помидор свежий</b>	Калорийность-2	<b>1,76</b>
180	<b>Чай с лимоном</b> <i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>	Калорийность-55, Углеводы-13	<b>3,16</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-652, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-75, ВитаминА-1, ВитаминВ1-1, ВитаминС-10, ВитаминРР-13, Магний-66, Фосфор-252, Железо-5	<b>65,06</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-652, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-75, ВитаминА-1, ВитаминВ1-1, ВитаминС-10, ВитаминРР-13, Магний-66, Фосфор-252, Железо-5	<b>65,06</b>

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М