

## 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>Ватрушка с повидло</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Повидло разное</i>	Калорийность-230, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-51	<b>7,00</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>
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 повидло</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Повидло разное</i>	Калорийность-211, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48	<b>6,30</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>
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>3,50</b>
<b>Итого за Выпечка</b>		Калорийность-2 774, Белки-141, Жиры-124, Углеводы-282	<b>50,40</b>
<b><u>Обед</u></b>			
260	<b>Суп картофельный с с бобовымис мясом (горохом лущеным)</b> <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Мясо говядины, Соль</i>	Калорийность-202, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-22, ВитаминС-6, Магний-36, Фосфор-88, Железо-3	<b>15,00</b>
60	<b>Шницель мясной</b> <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-157, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-10, Магний-14, Фосфор-45, Железо-1	<b>29,30</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-755, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-101, ВитаминВ1-1, ВитаминС-6, Магний-85, Фосфор-251, Железо-7	<b>55,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-3 529, Белки-167, Жиры-151, Углеводы-383, ВитаминВ1-1, ВитаминС-6, Магний-85, Фосфор-251, Железо-7	<b>105,40</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>			
200	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b> <i>Рис, Молоко цельное, Сахарный песок, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-40, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-27, Фосфор-126	<b>13,21</b>
190	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-150, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22, ВитаминС-2, Железо-1	<b>14,66</b>
41	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-125, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминА-40, Магний-11, Фосфор-128	<b>13,12</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-440, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-74, ВитаминА-93, ВитаминС-3, Магний-38, Фосфор-253, Железо-2	<b>40,99</b>
<b><u>Обед</u></b>			
70	<b>Салат из свежих огурцов</b> <i>Огурцы свежие, Масло растительное, Соль</i>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2, ВитаминС-3, Магний-9, Фосфор-28	<b>14,07</b>
260	<b>Суп картофельный с ч бобовымис мясом (горохом лущеным)</b> <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Мясо говядины, Соль</i>	Калорийность-202, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-22, ВитаминС-6, Магний-36, Фосфор-88, Железо-3	<b>14,99</b>
90	<b>Шницель мясной</b> <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-235, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-14, Магний-22, Фосфор-68, Железо-2	<b>43,92</b>
160	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-252, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-35, ВитаминВ1-1, Магний-22, Фосфор-38, Железо-1	<b>6,98</b>
190	<b>Компот из свежих плодов (витаминизированный)</b> <i>Яблоки для компота, пироги, Лимонная кислота, Сахарный песок</i>	Калорийность-108, Углеводы-27, Железо-1	<b>7,11</b>
40	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	<b>1,97</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-936, Белки-32, Жиры-35, Углеводы-120, ВитаминВ1-1, ВитаминС-9, Магний-98, Фосфор-294, Железо-8	<b>89,04</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 376, Белки-47, Жиры-55, Углеводы-194, ВитаминА-93, ВитаминВ1-1, ВитаминС-13, ВитаминРР-1, Магний-136, Фосфор-548, Железо-10	<b>130,03</b>

## 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>			
40	<b>Огурец</b>	Калорийность-5, Углеводы-1	<b>6,57</b>
90	<b>Шницель мясной</b>	Калорийность-235, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-14, Магний-22, Фосфор-68, Железо-2	<b>43,91</b>
<i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Соль, Масло растительное</i>			
155	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	<b>6,76</b>
<i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>			
180	<b>Компот из свежих плодов (витаминизированный)</b>	Калорийность-103, Углеводы-25, Железо-1	<b>6,72</b>
<i>Яблоки для компота , тирози, Лимонная кислота, Сахарный песок</i>			
20	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	<b>0,99</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-633, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-85, ВитаминВ1-1, Магний-48, Фосфор-141, Железо-4	<b>64,95</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-633, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-85, ВитаминВ1-1, Магний-48, Фосфор-141, Железо-4	<b>64,95</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>			
38	<b>Горошек зеленый (консервы)</b>	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-2	<b>4,47</b>
95	<b>Шницель мясной</b>	Калорийность-248, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-15, Магний-23, Фосфор-71, Железо-2	<b>46,36</b>
<i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Соль, Масло растительное</i>			
155	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	<b>6,76</b>
<i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>			
200	<b>Компот из свежих плодов</b>	Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-16, ВитаминРР-1, Магний-7, Фосфор-6, Железо-1	<b>6,38</b>
<i>Яблоки, Сахарный песок</i>			
20	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	<b>0,99</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-696, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-111, ВитаминВ1-1, ВитаминС-16, ВитаминРР-1, Магний-56, Фосфор-151, Железо-4	<b>64,96</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-696, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-111, ВитаминВ1-1, ВитаминС-16, ВитаминРР-1, Магний-56, Фосфор-151, Железо-4	<b>64,96</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>			
200	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b> <i>Рис , Молоко цельное, Сахарный песок, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-40, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-27, Фосфор-126	<b>19,37</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>15,42</b>
50	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр Голландский</i>	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-15, ВитаминА-49, ВитаминРР-1, Магний-13, Фосфор-156, Железо-1	<b>15,71</b>
66	<b>Кондитерское изделие</b>	Калорийность-288, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-32	<b>14,50</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-763, Белки-21, Жиры-37, Углеводы-110, ВитаминА-102, ВитаминС-3, ВитаминРР-1, Магний-41, Фосфор-281, Железо-2	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-763, Белки-21, Жиры-37, Углеводы-110, ВитаминА-102, ВитаминС-3, ВитаминРР-1, Магний-41, Фосфор-281, Железо-2	<b>65,00</b>

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>Обед</b>			
260	<b>Суп картофельный с с бобовымис мясом (горохом лущеным)</b> <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Соль</i>	Калорийность-202, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-22, ВитаминС-6, Магний-36, Фосфор-88, Железо-3	5,28
92	<b>Шницель мясной</b> <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-15, Магний-22, Фосфор-69, Железо-2	44,85
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	6,53
200	<b>Компот из свежих плодов</b> <i>Яблоки, Сахарный песок</i>	Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-16, ВитаминРР-1, Магний-7, Фосфор-6, Железо-1	6,38
40	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	1,97
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-921, Белки-32, Жиры-31, Углеводы-141, ВитаминВ1-1, ВитаминС-22, ВитаминРР-2, Магний-96, Фосфор-273, Железо-7	<b>65,01</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-921, Белки-32, Жиры-31, Углеводы-141, ВитаминВ1-1, ВитаминС-22, ВитаминРР-2, Магний-96, Фосфор-273, Железо-7	<b>65,01</b>

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М