

МЕНЮ: Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Выпечка</u>			
113	Пицца школьная в -2 ТТК <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Масло растительное, мясо птицы 40, Сыр "Российский", Томатная паста, Огурцы соленые, Сметана</i>	Калорийность-299, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-28, Железо-1	24,90
75	Ватрушка с повидло <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Повидло разное</i>	Калорийность-230, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-51	7,40
75	Пирожки с капустой <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Капуста</i>	Калорийность-527, Белки-33, Жиры-30, Углеводы-30	7,80
75	Пирожки с вишней <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, вишня для напитка и пирогов</i>	Калорийность-262, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-53	11,80
75	Пирожок со сгущенным молоком <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, молоко сгущенное</i>	Калорийность-211, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48	9,80
60	Пирожки с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	8,40
50	Булочка Домашняя <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	3,90
Итого за Выпечка		Калорийность-2 862, Белки-146, Жиры-139, Углеводы-263, Железо-1	74,00
<u>Обед</u>			
250	Рассольник ленинградский с мясом со сметаной <i>Картофель, Рис, Морковь, Лук, Огурцы соленые, Сметана, Соль, Масло растительное, мясо птицы 40</i>	Калорийность-135, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-20, ВитаминС-6, Магний-24, Фосфор-73, Железо-1	18,60
60	Птица ,тушенная в соусе <i>мясо птицы 40, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томатная паста</i>	Калорийность-132, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-2, ВитаминА-21, ВитаминС-1, ВитаминРР-2, Магний-11, Фосфор-76, Железо-1	16,70
155	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	8,30
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,10
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,20
Итого за Обед		Калорийность-664, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-91, ВитаминА-22, ВитаминВ1-1, ВитаминС-8, ВитаминРР-2, Магний-69, Фосфор-266, Железо-5	47,90

Итого за Калорийность-3 526, Белки-165, Жиры-161, **121,90**
Углеводы-354, ВитаминА-22, ВитаминВ1-1,
ВитаминС-8, ВитаминРР-2, Магний-69,
Фосфор-266, Железо-6

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)
<u>Завтрак</u>			
150	Омлет натуральный с сыром <i>Яйцо, Масло сливочное, Молоко цельное, Сыр Голландский</i>	Калорийность-341, Белки-19, Жиры-28, Углеводы-3, ВитаминА-36, Магний-22, Фосфор-312, Железо-3	51,89
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,06
Итого за Завтрак		Калорийность-401, Белки-19, Жиры-28, Углеводы-18, ВитаминА-36, Магний-26, Фосфор-320, Железо-4	53,95
<u>Обед</u>			
45	Кондитерское изделие	Калорийность-196, Белки-3, Жиры-11, Углеводы-22	11,62
250	Рассольник ленинградский с мясом со сметаной <i>Картофель, Рис, Морковь, Лук, Огурцы соленые, Сметана, Соль, Масло растительное, мясо птицы 40, Лавровый лист</i>	Калорийность-135, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-20, ВитаминС-6, Магний-24, Фосфор-73, Железо-1	18,59
100	Птица, тушеная в соусе <i>мясо птицы 40, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томатная паста</i>	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-4, ВитаминА-36, ВитаминС-2, ВитаминРР-3, Магний-18, Фосфор-126, Железо-1	27,85
155	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	8,26
200	Сок <i>сок пачка, сок</i>	Калорийность-80, Углеводы-20	7,57
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,17
Итого за Обед		Калорийность-968, Белки-27, Жиры-39, Углеводы-120, ВитаминА-36, ВитаминВ1-1, ВитаминС-8, ВитаминРР-3, Магний-72, Фосфор-309, Железо-4	76,06
Итого за		Калорийность-1 369, Белки-46, Жиры-67, Углеводы-138, ВитаминА-72, ВитаминВ1-1, ВитаминС-9, ВитаминРР-3, Магний-98, Фосфор-629, Железо-8	130,01

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)
<u>Завтрак</u>			
100	Птица , тушеная в соусе <i>мясо птицы 40, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томатная паста</i>	Калорийность-221, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-4, ВитаминА-36, ВитаминС-2, ВитаминРР-3, Магний-18, Фосфор-126, Железо-1	27,85
155	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	8,26
180	Напиток клюквеный <i>Клюква для напитка, Сахарный песок</i>	Калорийность-92, Углеводы-19, ВитаминС-2	14,94
20	Хлеб ржаной порция	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	1,08
50	Кондитерское изделие	Калорийность-218, Белки-3, Жиры-12, Углеводы-25	12,86
Итого за Завтрак		Калорийность-821, Белки-23, Жиры-36, Углеводы-92, ВитаминА-36, ВитаминВ1-1, ВитаминС-4, ВитаминРР-3, Магний-44, Фосфор-200, Железо-3	64,99
Итого за		Калорийность-821, Белки-23, Жиры-36, Углеводы-92, ВитаминА-36, ВитаминВ1-1, ВитаминС-4, ВитаминРР-3, Магний-44, Фосфор-200, Железо-3	64,99

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М

МЕНЮ: Соцнач, школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
90	Птица , тушенная в соусе <i>мясо птицы 40, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томатная паста</i>	Калорийность-199, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-4, ВитаминА-32, ВитаминС-2, ВитаминРР-2, Магний-16, Фосфор-114, Железо-1	25,61
155	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	8,26
180	Компот из свежих плодов <i>Сахарный песок, вишня для напитка и пирогов</i>	Калорийность-128, Углеводы-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-1, Магний-6, Фосфор-5, Железо-1	13,78
20	Хлеб ржаной порция	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	1,08
1	Шоколад		16,27
Итого за Завтрак		Калорийность-617, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-92, ВитаминА-32, ВитаминВ1-1, ВитаминС-16, ВитаминРР-4, Магний-48, Фосфор-192, Железо-3	65,00
Итого за		Калорийность-617, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-92, ВитаминА-32, ВитаминВ1-1, ВитаминС-16, ВитаминРР-4, Магний-48, Фосфор-192, Железо-3	65,00

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)
<u>Завтрак</u>			
150	Омлет натуральный с сыром <i>Яйцо, Масло сливочное, Молоко цельное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-341, Белки-19, Жиры-28, Углеводы-3, ВитаминА-36, Магний-22, Фосфор-312, Железо-3	53,72
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,04
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-6, Фосфор-17	1,46
33	Кондитерское изделие	Калорийность-144, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	7,78
Итого за Завтрак		Калорийность-597, Белки-22, Жиры-36, Углеводы-44, ВитаминА-36, Магний-31, Фосфор-338, Железо-4	65,00
Итого за		Калорийность-597, Белки-22, Жиры-36, Углеводы-44, ВитаминА-36, Магний-31, Фосфор-338, Железо-4	65,00

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)
Обед			
200	Рассольник ленинградский с мясом со сметаной <i>Картофель, Рис 40, Морковь, Лук, Огурцы соленые, Сметана, Соль, Масло растительное, мясо птицы</i>	Калорийность-108, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16, ВитаминС-5, Магний-19, Фосфор-58, Железо-1	14,85
90	Птица ,тушенная в соусе <i>мясо птицы 40, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томатная паста</i>	Калорийность-199, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-4, ВитаминА-32, ВитаминС-2, ВитаминРР-2, Магний-16, Фосфор-114, Железо-1	25,94
155	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	8,26
180	Компот из свежих плодов <i>Сахарный песок, вишня для напитка и пирогов</i>	Калорийность-128, Углеводы-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-1, Магний-6, Фосфор-5, Железо-1	13,78
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,17
Итого за Обед		Калорийность-771, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-118, ВитаминА-32, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, ВитаминРР-4, Магний-72, Фосфор-287, Железо-5	65,00
Итого за		Калорийность-771, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-118, ВитаминА-32, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, ВитаминРР-4, Магний-72, Фосфор-287, Железо-5	65,00

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М