

## **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><i>Колбасные изделия запеченные в тесте</i></b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Сосиски, Яйцо</i>	Калорийность-297, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-31	<b>19,50</b>
60	<b><i>Пирожки с яйцом</i></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>
113	<b><i>Пицца школьная в -2 ТТК</i></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>32,20</b>
100	<b><i>Сороконожка</i></b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Сосиски, Сыр "Российский", Яйцо</i>	Калорийность-297, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-31	<b>29,90</b>
75	<b><i>Пирожок со сгущенным молоком</i></b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, молоко сгущенное</i>	Калорийность-211, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48	<b>9,40</b>
75	<b><i>Пирожки с вишней</i></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>
50	<b><i>Булочка Домашняя</i></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-2 698, Белки-129, Жиры-137, Углеводы-245, Железо-1	<b>111,60</b>

Обед

250	<b>Суп картофельный с яцом</b> <i>Морковь, Лук, Мясо говядины, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Картофель</i>	Калорийность-152, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-9, ВитаминРР-2, Магний-30, Фосфор-108, Железо-2	<b>19,10</b>
175	<b>Рагу овощное с мясом птицы</b> <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Томатная паста, Масло растительное, Соль, Мясо птицы, Мука пшеничная</i>	Калорийность-208, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-15, ВитаминА-21, ВитаминС-12, Магний-36, Фосфор-138, Железо-2	<b>32,40</b>
60	<b>Биточек мясной</b> <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панцировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-157, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-10, Магний-14, Фосфор-45, Железо-1	<b>29,90</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>6,90</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-913, Белки-36, Жиры-35, Углеводы-114, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1, ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-116, Фосфор-409, Железо-8	<b>92,20</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-3 611, Белки-165, Жиры-172, Углеводы-359, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1, ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-116, Фосфор-409, Железо-9	<b>203,80</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>			
90	<b>Биточек 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>44,92</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>6,85</b>
180	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14, Магний-4, Фосфор-7, Железо-1	<b>1,68</b>
30	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-92, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминаА-30, Магний-8, Фосфор-93	<b>9,64</b>
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>63,09</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Суп картофельный с яцом</b> <i>Морковь, Лук, Мясо говядины, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Лавровый лист, Картофель</i>	Калорийность-152, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-9, ВитаминРР-2, Магний-30, Фосфор-108, Железо-2	<b>19,14</b>
175	<b>Рагу овощное с мясом птицы</b> <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Томатная паста, Масло растительное, Лавровый лист, Соль, Мясо птицы, Мука пшеничная</i>	Калорийность-208, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-15, ВитаминаА-21, ВитаминС-12, Магний-36, Фосфор-138, Железо-2	<b>32,42</b>
180	<b>Компот из черной смородины С/м</b> <i>смородина черная для компота, Сахарный песок</i>	Калорийность-124, Углеводы-30, ВитаминС-14, Магний-6, Фосфор-19	<b>13,97</b>
30	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15, Магний-8, Фосфор-54, Железо-1	<b>1,48</b>
<b>Итого за Обед</b>			<b>67,01</b>
<b>Итого за</b>			<b>130,10</b>
Калорийность-1 179, Белки-44, Жиры-43, Углеводы-151, ВитаминаА-51, ВитаминВ1-1, ВитаминС-35, ВитаминРР-3, Магний-134, Фосфор-524, Железо-9			

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>			
90	<b>Биточек 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>44,91</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>6,85</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>1,87</b>
35	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-107, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминаА-35, Магний-9, Фосфор-109	<b>11,40</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-646, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-74, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1, Магний-56, Фосфор-222, Железо-4	<b>65,03</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-646, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-74, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1, Магний-56, Фосфор-222, Железо-4	<b>65,03</b>

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<b>Биточек 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>44,91</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>6,85</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>1,87</b>
35	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-107, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминаА-35, Магний-9, Фосфор-109	<b>11,39</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-646, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-74, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1, Магний-56, Фосфор-222, Железо-4	<b>65,02</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-646, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-74, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1, Магний-56, Фосфор-222, Железо-4	<b>65,02</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>			
90	<b>Биточек 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>44,91</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>6,85</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>1,87</b>
35	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-107, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминаА-35, Магний-9, Фосфор-109	<b>11,40</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-646, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-74, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1, Магний-56, Фосфор-222, Железо-4	<b>65,03</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-646, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-74, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1, Магний-56, Фосфор-222, Железо-4	<b>65,03</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>			
250	<b>Суп картофельный с яцом</b> <i>Морковь, Лук, Мясо говядины, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Картофель</i>	Калорийность-152, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-9, ВитаминРР-2, Магний-30, Фосфор-108, Железо-2	19,30
155	<b>Рагу овощное с мясо птицы</b> <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Томатная паста, Масло растительное, Соль, Мясо птицы, Мука пшеничная</i>	Калорийность-184, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-13, ВитаминаА-19, ВитаминС-10, Магний-32, Фосфор-122, Железо-2	28,70
200	<b>Компот из черной смородины С/м</b> <i>смородина черная для компота, Сахарный песок</i>	Калорийность-138, Углеводы-33, ВитаминС-16, Магний-7, Фосфор-21, Железо-1	15,52
30	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15, Магний-8, Фосфор-54, Железо-1	1,48
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-544, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-82, ВитаминаА-19, ВитаминС-35, ВитаминРР-2, Магний-76, Фосфор-305, Железо-5	65,00
<b>Итого за</b>		Калорийность-544, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-82, ВитаминаА-19, ВитаминС-35, ВитаминРР-2, Магний-76, Фосфор-305, Железо-5	65,00

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М