

МЕНЮ: Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Выпечка</u>			
75	Ватрушка с творогом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Творог</i>	Калорийность-210, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-34	11,20
113	Пицца школьная в -2 ТТК <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Масло растительное, Филе ЦБ без кожи, Сыр "Российский", Огурцы соленые, Сметана</i>	Калорийность-299, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-28, Железо-1	26,70
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	10,60
60	Пирожки с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	8,20
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	7,00
50	Булочка Домашняя <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	3,60
Итого за Выпечка		Калорийность-2 282, Белки-116, Жиры-111, Углеводы-214, Железо-1	67,30
<u>Обед</u>			
250	Суп картофельный с яйцом <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	22,70
175	Рагу овощное с мясом птицы <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Масло растительное, Соль, Филе ЦБ без кожи, Мука пшеничная</i>	Калорийность-208, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-15, ВитаминА-21, ВитаминС-12, Магний-36, Фосфор-138, Железо-2	47,30
60	Биточек мясной <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	27,70
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	7,30
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,90
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,00
Итого за Обед		Калорийность-913, Белки-36, Жиры-35, Углеводы-114, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1, ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-116, Фосфор-409, Железо-8	108,90

Итого за Калорийность-3 195, Белки-152, Жиры-146, **176,20**
Углеводы-328, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1,
ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-116,
Фосфор-409, Железо-9

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>			
90	Биточек мясной <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	41,62
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	7,34
180	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14, Магний-4, Фосфор-7, Железо-1	1,69
30	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-92, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминаА-30, Магний-8, Фосфор-93	9,85
Итого за Завтрак			60,50
<u>Обед</u>			
20	Помидор свежий	Калорийность-5, Углеводы-1	4,22
200	Суп картофельный с яйцом <i>Морковь, Лук, Мясо говядины, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Лавровый лист, Картофель</i>	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-7, ВитаминРР-2, Магний-24, Фосфор-86, Железо-1	18,22
150	Рагу овощное с мясом птицы <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Масло растительное, Лавровый лист, Соль, Мясо птицы, Мука пшеничная</i>	Калорийность-178, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-13, ВитаминаА-18, ВитаминС-10, Магний-31, Фосфор-118, Железо-2	31,11
180	Компот из черной смородины С/м <i>смородина черная для компота, Сахарный песок</i>	Калорийность-124, Углеводы-30, ВитаминС-14, Магний-6, Фосфор-19	13,99
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	1,97
Итого за Обед			69,51
Итого за			130,01
		Калорийность-1 146, Белки-42, Жиры-41, Углеводы-151, ВитаминаА-48, ВитаминВ1-1, ВитаминС-32, ВитаминРР-2, Магний-126, Фосфор-501, Железо-9	

МЕНЮ: Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
90	Биточек мясной <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	41,61
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	7,37
42	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-128, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминаА-41, Магний-11, Фосфор-131	14,15
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,88
Итого за Завтрак		Калорийность-668, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-76, ВитаминаА-41, ВитаминВ1-1, Магний-58, Фосфор-244, Железо-4	65,01
Итого за		Калорийность-668, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-76, ВитаминаА-41, ВитаминВ1-1, Магний-58, Фосфор-244, Железо-4	65,01

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)
<u>Завтрак</u>			
90	Биточек мясной <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	41,61
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	7,34
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,88
42	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-128, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминаА-41, Магний-11, Фосфор-131	14,16
Итого за Завтрак		Калорийность-668, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-76, ВитаминаА-41, ВитаминВ1-1, Магний-58, Фосфор-244, Железо-4	64,99
Итого за		Калорийность-668, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-76, ВитаминаА-41, ВитаминВ1-1, Магний-58, Фосфор-244, Железо-4	64,99

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>			
90	Биточек мясной <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	42,17
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	7,34
42	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-128, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминА-41, Магний-11, Фосфор-131	12,31
207	Чай с лимоном <i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	3,19
Итого за Завтрак		Калорийность-671, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-76, ВитаминА-41, ВитаминВ1-1, Магний-54, Фосфор-236, Железо-3	65,01
Итого за		Калорийность-671, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-76, ВитаминА-41, ВитаминВ1-1, Магний-54, Фосфор-236, Железо-3	65,01

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	Суп картофельный с яйцом	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-7, ВитаминРР-2, Магний-24, Фосфор-86, Железо-1	17,94
<i>Морковь, Лук, Мясо говядины, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Картофель</i>			
150	Рагу овощное с мясом птицы	Калорийность-178, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-13, ВитаминА-18, ВитаминС-10, Магний-31, Фосфор-118, Железо-2	31,09
<i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Масло растительное, Соль, Мясо птицы, Мука пшеничная</i>			
180	Компот из черной смородины С/м	Калорийность-124, Углеводы-30, ВитаминС-14, Магний-6, Фосфор-19	13,99
<i>смородина черная для компота, Сахарный песок</i>			
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	1,97
Итого за Обед		Калорийность-516, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-79, ВитаминА-18, ВитаминС-31, ВитаминРР-2, Магний-71, Фосфор-296, Железо-5	64,99
Итого за		Калорийность-516, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-79, ВитаминА-18, ВитаминС-31, ВитаминРР-2, Магний-71, Фосфор-296, Железо-5	64,99

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М