

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>			
100	Биточки мясные 1 <i>мясо свинины (бек), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-320, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-13, Магний-24, Фосфор-75, Железо-2	41,61
180	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-293, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-41, ВитаминВ1-1, Магний-25, Фосфор-45, Железо-1	11,51
50	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-15, ВитаминА-49, ВитаминРР-1, Магний-13, Фосфор-156, Железо-1	19,15
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,73
Итого за Завтрак		Калорийность-826, Белки-27, Жиры-42, Углеводы-84, ВитаминА-49, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1, Магний-67, Фосфор-283, Железо-5	75,00
Итого за		Калорийность-826, Белки-27, Жиры-42, Углеводы-84, ВитаминА-49, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1, Магний-67, Фосфор-283, Железо-5	75,00

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	Суп картофельный с яйцом	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-7, ВитаминРР-2, Магний-24, Фосфор-86, Железо-1	22,80
<i>Морковь, Лук, мясо свинины (бек), 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	43,14
<i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Масло растительное, Лавровый лист, Соль, мясо свинины (бек), Мука пшеничная</i>			
200	Компот из смеси сухофруктов(витаминизированный)	Калорийность-130, Белки-1, Углеводы-32, ВитаминС-1, Железо-1	6,68
<i>Сахарный песок, Компотная смесь</i>			
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,39
Итого за Обед		Калорийность-522, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-81, ВитаминА-18, ВитаминС-18, ВитаминРР-2, Магний-65, Фосфор-277, Железо-5	75,01
Итого за		Калорийность-522, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-81, ВитаминА-18, ВитаминС-18, ВитаминРР-2, Магний-65, Фосфор-277, Железо-5	75,01

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М

МЕНЮ: Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Выпечка</u>			
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	17,50
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	9,70
75	Пирожки с капустой <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Капуста</i>	Калорийность-527, Белки-33, Жиры-30, Углеводы-30	11,70
60	Пирожки с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	10,50
50	Булочка Домашняя <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	5,00
Итого за Выпечка		Калорийность-2 352, Белки-132, Жиры-121, Углеводы-187	54,40
<u>Обед</u>			
250	Суп картофельный с яйцом <i>Морковь, Лук, мясо свинины (беск), Яйцо, Соль, Масло сливочное, Картофель</i>	Калорийность-152, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-9, ВитаминРР-2, Магний-30, Фосфор-108, Железо-2	28,30
150	Рагу овощное с мясом птицы <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Масло растительное, Соль, мясо свинины (беск), Мука пшеничная</i>	Калорийность-178, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-13, ВитаминА-18, ВитаминС-10, Магний-31, Фосфор-118, Железо-2	47,10
80	Биточки мясные 1 <i>мясо свинины (беск), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-256, Белки-11, Жиры-19, Углеводы-10, Магний-19, Фосфор-60, Железо-2	33,30
150	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	9,60
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,70
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,39
Итого за Обед		Калорийность-983, Белки-36, Жиры-44, Углеводы-113, ВитаминА-18, ВитаминВ1-1, ВитаминС-19, ВитаминРР-2, Магний-115, Фосфор-404, Железо-8	123,39
Итого за		Калорийность-3 335, Белки-167, Жиры-165, Углеводы-300, ВитаминА-18, ВитаминВ1-1, ВитаминС-19, ВитаминРР-2, Магний-115, Фосфор-404, Железо-8	177,79

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>			
100	Биточки мясные 1 <i>мясо свинины (бек), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-320, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-13, Магний-24, Фосфор-75, Железо-2	40,86
150	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	9,64
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,73
35	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-107, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминА-35, Магний-9, Фосфор-109	13,41
Итого за Завтрак		Калорийность-732, Белки-24, Жиры-38, Углеводы-73, ВитаминА-35, ВитаминВ1-1, Магний-59, Фосфор-229, Железо-5	66,64
<u>Обед</u>			
250	Суп картофельный с яйцом <i>Морковь, Лук, мясо свинины (бек), 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	28,49
150	Рагу овощное с мясом птицы <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Масло растительное, Лавровый лист, Соль, мясо свинины (бек), Мука пшеничная</i>	Калорийность-178, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-13, ВитаминА-18, ВитаминС-10, Магний-31, Фосфор-118, Железо-2	45,82
200	Компот из смеси сухофруктов(витаминизированный) <i>Сахарный песок, Компотная смесь</i>	Калорийность-130, Белки-1, Углеводы-32, ВитаминС-1, Железо-1	6,68
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,39
Итого за Обед		Калорийность-553, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-85, ВитаминА-18, ВитаминС-19, ВитаминРР-2, Магний-71, Фосфор-299, Железо-5	83,38
Итого за		Калорийность-1 284, Белки-44, Жиры-53, Углеводы-157, ВитаминА-53, ВитаминВ1-1, ВитаминС-19, ВитаминРР-3, Магний-129, Фосфор-528, Железо-10	150,02

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	Биточки мясные 1 <i>мясо свинины (бек), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-320, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-13, Магний-24, Фосфор-75, Железо-2	41,55
180	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-293, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-41, ВитаминВ1-1, Магний-25, Фосфор-45, Железо-1	11,56
50	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-15, ВитаминА-49, ВитаминРР-1, Магний-13, Фосфор-156, Железо-1	19,16
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,73
Итого за Завтрак		Калорийность-826, Белки-27, Жиры-42, Углеводы-84, ВитаминА-49, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1, Магний-67, Фосфор-283, Железо-5	75,00
Итого за		Калорийность-826, Белки-27, Жиры-42, Углеводы-84, ВитаминА-49, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1, Магний-67, Фосфор-283, Железо-5	75,00

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>			
100	Биточки мясные 1 <i>мясо свинины (бек), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-320, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-13, Магний-24, Фосфор-75, Железо-2	41,61
180	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-293, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-41, ВитаминВ1-1, Магний-25, Фосфор-45, Железо-1	11,51
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,73
50	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-15, Витамина-49, ВитаминРР-1, Магний-13, Фосфор-156, Железо-1	19,16
Итого за Завтрак		Калорийность-826, Белки-27, Жиры-42, Углеводы-84, Витамина-49, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1, Магний-67, Фосфор-283, Железо-5	75,01
Итого за		Калорийность-826, Белки-27, Жиры-42, Углеводы-84, Витамина-49, ВитаминВ1-1, ВитаминРР-1, Магний-67, Фосфор-283, Железо-5	75,01

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М