

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, филе цыпленка бройлера 40, Сыр Голландский, Томатная паста, Огурцы соленые, Сметана</i>	Калорийность-299, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-28, Железо-1	30,70
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	10,80
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	10,80
60	Пирожки с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	11,70
50	Булочка Домашняя <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	5,10
Итого за Выпечка		Калорийность-2 600, Белки-140, Жиры-136, Углеводы-210, Железо-1	78,80
<u>Обед</u>			
250	Суп картофельный с ч бобовымис мясом (горохом луценым) <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Соль, мясо свинины (бек)</i>	Калорийность-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-6, Магний-36, Фосфор-88, Железо-3	18,40
90	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	34,20
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	9,50
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	2,40
Итого за Обед		Калорийность-807, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-107, ВитаминВ1-2, ВитаминС-27, Магний-91, Фосфор-292, Железо-7	67,20
Итого за		Калорийность-3 406, Белки-171, Жиры-164, Углеводы-317, ВитаминВ1-2, ВитаминС-27, Магний-91, Фосфор-292, Железо-9	146,00

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>			
200	Каша рисовая молочная жидкая <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	16,28
200	Какао с молоком витаминизированный <i>Молоко цельное, Сахарный песок, какао Витошка</i>	Калорийность-190, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33, ВитаминС-21, Железо-1	18,01
50	Бутерброд горячие с сыром <i>Сыр Голландский, Масло сливочное, Хлеб Пшеничный</i>	Калорийность-147, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-16, ВитаминА-30, Магний-15, Фосфор-122	15,40
Итого за Завтрак		Калорийность-501, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-88, ВитаминА-83, ВитаминС-22, Магний-42, Фосфор-248, Железо-2	49,69
<u>Обед</u>			
32	Помидор свежий	Калорийность-8, Углеводы-1	8,13
250	Суп картофельный с с бобовымис мясом (горохом луценым) <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Соль, мясо свинины (беск)</i>	Калорийность-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-6, Магний-36, Фосфор-88, Железо-3	17,54
95	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-257, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-16, ВитаминВ1-1, ВитаминС-22, Магний-22, Фосфор-92, Железо-1	35,97
160	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-252, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-35, ВитаминВ1-1, Магний-22, Фосфор-38, Железо-1	9,86
200	Напиток Витошка	Калорийность-331, Углеводы-19, ВитаминА-120, ВитаминС-20	6,44
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,39
Итого за Обед		Калорийность-1 106, Белки-32, Жиры-29, Углеводы-114, ВитаминА-120, ВитаминВ1-2, ВитаминС-48, Магний-89, Фосфор-290, Железо-6	80,33
Итого за		Калорийность-1 608, Белки-53, Жиры-55, Углеводы-201, ВитаминА-203, ВитаминВ1-2, ВитаминВ2-1, ВитаминС-70, Магний-131, Фосфор-538, Железо-8	130,02

МЕНЮ: Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Помидор свежий	Калорийность-10, Углеводы-2	10,32
100	Котлета из мясо птицы	Калорийность-270, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-17, ВитаминВ1-1, ВитаминС-23, Магний-23, Фосфор-96, Железо-2	37,20
<i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>			
160	Макаронные изделия отварные	Калорийность-252, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-35, ВитаминВ1-1, Магний-22, Фосфор-38, Железо-1	9,85
<i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>			
200	Напиток Витошка	Калорийность-331, Углеводы-19, ВитаминаА-120, ВитаминС-20	6,44
20	Хлеб ржаной порция	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	1,19
Итого за Завтрак		Калорийность-909, Белки-26, Жиры-24, Углеводы-83, ВитаминаА-120, ВитаминВ1-2, ВитаминС-43, Магний-50, Фосфор-171, Железо-3	65,00
Итого за		Калорийность-909, Белки-26, Жиры-24, Углеводы-83, ВитаминаА-120, ВитаминВ1-2, ВитаминС-43, Магний-50, Фосфор-171, Железо-3	65,00

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>			
20	Помидор свежий	Калорийность-5, Углеводы-1	5,13
100	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное,</i>	Калорийность-270, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-17, ВитаминВ1-1, ВитаминС-23, Магний-23, Фосфор-96, Железо-2	38,56
150	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	9,24
187	Чай с лимоном <i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>	Калорийность-56, Углеводы-14	3,52
20	Хлеб ржаной порция	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	1,19
33	Кондитерское изделие	Калорийность-144, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	7,36
Итого за Завтрак		Калорийность-757, Белки-27, Жиры-31, Углеводы-91, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-49, Фосфор-169, Железо-3	65,00
Итого за		Калорийность-757, Белки-27, Жиры-31, Углеводы-91, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-49, Фосфор-169, 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>			
200	Каша рисовая молочная жидкая <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	16,28
200	Какао с молоком витаминизированный <i>Молоко цельное, Сахарный песок, какао Витошка</i>	Калорийность-190, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33, ВитаминС-21, Железо-1	18,01
50	Бутерброд горячие с сыром <i>Сыр Голландский, Масло сливочное, Хлеб Пшеничный</i>	Калорийность-147, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-16, Витамина-30, Магний-15, Фосфор-122	15,40
65	Кондитерское изделие	Калорийность-283, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-32	15,31
Итого за Завтрак		Калорийность-785, Белки-25, Жиры-42, Углеводы-119, Витамина-83, ВитаминС-22, Магний-42, Фосфор-248, Железо-2	65,00
Итого за		Калорийность-785, Белки-25, Жиры-42, Углеводы-119, Витамина-83, ВитаминС-22, Магний-42, Фосфор-248, Железо-2	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	Суп картофельный с с бобовымис мясом (горохом лущеным) <i>Горох, Картофель, Лук, Масло растительное, Соль, мясо свинины (бек)</i>	Калорийность-134, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18, ВитаминС-5, Магний-28, Фосфор-70, Железо-2	13,13
90	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	34,15
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	9,54
180	Напиток Витошка	Калорийность-298, Углеводы-17, ВитаминаА-108, ВитаминС-18	5,80
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,39
Итого за Обед		Калорийность-1 011, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-104, ВитаминА-108, ВитаминВ1-2, ВитаминС-44, Магний-80, Фосфор-267, Железо-6	65,01
Итого за		Калорийность-1 011, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-104, ВитаминА-108, ВитаминВ1-2, ВитаминС-44, Магний-80, Фосфор-267, Железо-6	65,01

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М