

МЕНЮ: Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Выпечка</u>			
75	Колбасные изделия запеченные в тесте <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Сосиски, Яйцо</i>	Калорийность-297, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-31	17,00
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	10,00
75	Пирожки с капустой <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Капуста</i>	Калорийность-527, Белки-33, Жиры-30, Углеводы-30	6,30
113	Пицца школьная в -2 ТТК <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	30,90
60	Пирожки с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	8,80
100	Сороконожка <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Сосиски, Сыр "Российский", Яйцо</i>	Калорийность-297, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-31	27,80
50	Булочка Домашняя <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	3,80
Итого за Выпечка		Калорийность-2 963, Белки-156, Жиры-164, Углеводы-222, Железо-1	104,60
<u>Обед</u>			
255	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной <i>Свекла красная, Капуста, Картофель, Морковь, Лук, Томатная паста, Сахарный песок, Соль, Масло растительное, Сметана, Лимонная кислота, Филе ЦБ без кожи, Чеснок</i>	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13, ВитаминА-10, ВитаминС-11, ВитаминРР-2, Магний-27, Фосфор-61, Железо-1	22,90
60	Котлеты рубленые из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-162, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-10, ВитаминС-10, Магний-98, Фосфор-23, Железо-1	22,00
150	Рис отварной <i>Рис, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39, ВитаминС-13, Магний-26, Фосфор-78, Железо-1	9,90
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,80
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	1,90
Итого за Обед		Калорийность-664, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-97, ВитаминА-10, ВитаминС-33, ВитаминРР-3, Магний-165, Фосфор-242, Железо-5	58,50

Итого за Калорийность-3 627, Белки-176, Жиры-186, **163,10**
Углеводы-319, ВитаминА-10, ВитаминС-33,
ВитаминРР-3, Магний-165, Фосфор-242,
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>			
200	Каша молочная "Дружба" "жидкая" <i>Крупа пшеничная, Рис, Молоко цельное, Сахарный песок, Соль, Масло сливочное</i>	Калорийность-273, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-40, ВитаминА-4, ВитаминС-1, Магний-34, Фосфор-143, Железо-1	11,87
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-2, Железо-1	14,25
60	Бутерброд горячий с колбасой вареной и сыром <i>Сыр "Российский", Колбаса докторская, Хлеб Пшеничный</i>	Калорийность-141, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминА-39, Магний-22, Фосфор-158, Железо-1	16,97
Итого за Завтрак		Калорийность-572, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-75, ВитаминА-43, ВитаминС-3, Магний-56, Фосфор-301, Железо-3	43,09
<u>Обед</u>			
255	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной <i>Свекла красная, Капуста, Картофель, Морковь, Лук, Томатная паста, Сахарный песок, Соль, Масло растительное, Сметана, Лимонная кислота, Филе ЦБ без кожи, Чеснок</i>	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13, ВитаминА-10, ВитаминС-11, ВитаминРР-2, Магний-27, Фосфор-61, Железо-1	22,78
90	Котлеты рубленые из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминС-14, Магний-148, Фосфор-34, Железо-2	33,15
150	Рис отварной <i>Рис, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39, ВитаминС-13, Магний-26, Фосфор-78, Железо-1	9,94
207	Чай с лимоном <i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	3,04
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	1,86
10	Огурец	Калорийность-1	1,52
Итого за Обед		Калорийность-750, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-103, ВитаминА-10, ВитаминС-38, ВитаминРР-3, Магний-210, Фосфор-245, Железо-5	72,29
Итого за		Калорийность-1 322, Белки-45, Жиры-47, Углеводы-178, ВитаминА-53, ВитаминВ1-1, ВитаминС-41, ВитаминРР-3, Магний-266, Фосфор-546, Железо-7	115,38

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>			
30	Огурец	Калорийность-4, Углеводы-1	4,57
103	Котлеты рубленые из птицы	Калорийность-278, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-18, ВитаминС-16, Магний-169, Фосфор-39, Железо-2	37,64
	<i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>		
170	Рис отварной	Калорийность-258, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-44, ВитаминС-15, Магний-29, Фосфор-88, Железо-1	11,27
	<i>Рис, Масло сливочное, Соль</i>		
207	Чай с лимоном	Калорийность-63, Углеводы-15	3,04
	<i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>		
25	Хлеб ржаной порция	Калорийность-58, Белки-2, Углеводы-12, Магний-6, Фосфор-45, Железо-1	1,16
Итого за Завтрак		Калорийность-661, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-90, ВитаминС-31, Магний-204, Фосфор-173, Железо-3	57,68
Итого за		Калорийность-661, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-90, ВитаминС-31, Магний-204, Фосфор-173, Железо-3	57,68

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	Котлеты рубленые из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панчурочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-270, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-17, ВитаминС-16, Магний-164, Фосфор-38, Железо-2	36,73
160	Рис отварной <i>Рис, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-243, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-41, ВитаминС-14, Магний-27, Фосфор-83, Железо-1	10,33
200	Сок <i>сок пачка, сок</i>	Калорийность-80, Углеводы-20	6,08
25	Хлеб ржаной порция	Калорийность-58, Белки-2, Углеводы-12, Магний-6, Фосфор-45, Железо-1	1,16
22	Огурец	Калорийность-3, Углеводы-1	3,38
Итого за Завтрак		Калорийность-654, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-91, ВитаминС-30, Магний-197, Фосфор-166, Железо-3	57,68
Итого за		Калорийность-654, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-91, ВитаминС-30, Магний-197, Фосфор-166, Железо-3	57,68

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)
Завтрак			
200	Каша молочная "Дружба" "жидкая" <i>Крупа пшеничная, Рис, Молоко цельное, Сахарный песок, Соль, Масло сливочное</i>	Калорийность-273, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-40, ВитаминаА-4, ВитаминС-1, Магний-34, Фосфор-143, Железо-1	12,47
180	Какао с молоком <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21, ВитаминС-2, Железо-1	12,81
75	Бутерброд горячий с колбасой вареной и сыром <i>Сыр "Российский", Колбаса докторская, Хлеб Пшеничный</i>	Калорийность-177, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-15, ВитаминаА-48, Магний-27, Фосфор-198, Железо-1	21,20
26	Кондитерское изделие	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	11,21
Итого за Завтрак		Калорийность-705, Белки-22, Жиры-28, Углеводы-88, ВитаминаА-52, ВитаминС-3, Магний-61, Фосфор-341, Железо-3	57,69
Итого за		Калорийность-705, Белки-22, Жиры-28, Углеводы-88, ВитаминаА-52, ВитаминС-3, Магний-61, Фосфор-341, Железо-3	57,69
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			
255	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной <i>Свекла красная, Капуста, Картофель, Морковь, Лук, Томатная паста, Сахарный песок, Соль, Масло растительное, Сметана, Лимонная кислота</i>	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13, ВитаминА-10, ВитаминС-11, ВитаминРР-2, Магний-27, Фосфор-61, Железо-1	11,15
87	Котлеты рубленые из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-235, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-15, ВитаминС-14, Магний-143, Фосфор-33, Железо-2	32,17
150	Рис отварной <i>Рис, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39, ВитаминС-13, Магний-26, Фосфор-78, Железо-1	9,93
207	Чай с лимоном <i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	3,04
30	Хлеб ржаной порция	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15, Магний-8, Фосфор-54, Железо-1	1,40
Итого за Обед		Калорийность-717, Белки-25, Жиры-26, Углеводы-97, ВитаминА-10, ВитаминС-37, ВитаминРР-3, Магний-203, Фосфор-226, Железо-4	57,69
Итого за		Калорийность-717, Белки-25, Жиры-26, Углеводы-97, ВитаминА-10, ВитаминС-37, ВитаминРР-3, Магний-203, Фосфор-226, Железо-4	57,69

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М