

## МЕНЮ: Платники

| Выход (г)               | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Выпечка</u></b>   |   |  |                               |
| 113                     | <b>Пицца школьная в -2 ТТК</b><br><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,<br>Углеводы-28, Железо-1                  | <b>32,50</b>                  |
| 75                      | <b>Ватрушка с повидло</b><br><i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Повидло разное</i>  | Калорийность-230, Белки-5, Жиры-2,<br>Углеводы-51                              | <b>9,70</b>                   |
| 75                      | <b>Пирожки с яблоками</b><br><i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Яблоки для компота ,пирог</i>   | Калорийность-189, Белки-4, Жиры-2,<br>Углеводы-42                              | <b>9,80</b>                   |
| 75                      | <b>Пирожок со сгущенным<br/>молоком</b><br><i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, молоко сгущеное</i>   | Калорийность-211, Белки-4, Жиры-2,<br>Углеводы-48                              | <b>10,80</b>                  |
| 60                      | <b>Пирожки с яйцом</b><br><i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>   | Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75,<br>Углеводы-25                          | <b>11,70</b>                  |
| 50                      | <b>Булочка Домашняя</b><br><i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>  | Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10,<br>Углеводы-29                             | <b>5,00</b>                   |
| <b>Итого за Выпечка</b> |   | Калорийность-2 261, Белки-111, Жиры-107,<br>Углеводы-222, Железо-1             | <b>79,50</b>                  |

Обед

|     |  |   |               |
|-----|--|---|---------------|
| 250 | <b>Суп картофельный с яйцом</b>  | Калорийность-152, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-9, ВитаминРР-2, Магний-30, Фосфор-108, Железо-2                                    | <b>27,30</b>  |
|     | <i>Морковь, Лук, мясо свинины (бек), Яйцо, Соль, Масло сливочное, Картофель</i>  |   |               |
| 150 | <b>Рагу овощное с мясом птицы</b>  | Калорийность-178, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-13, ВитаминА-18, ВитаминС-10, Магний-31, Фосфор-118, Железо-2                                  | <b>46,10</b>  |
|     | <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Томатная паста, Масло растительное, Лавровый лист, Соль, мясо свинины (бек), Мука пшеничная</i> |   |               |
| 70  | <b>Биточки мясные 1</b>  | Калорийность-224, Белки-10, Жиры-17, Углеводы-9, Магний-17, Фосфор-53, Железо-1   | <b>28,90</b>  |
|     | <i>мясо свинины (бек), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>                     |   |               |
| 155 | <b>Макаронные изделия отварные</b>   | Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1   | <b>9,50</b>   |
|     | <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>  |   |               |
| 200 | <b>Чай с сахаром</b>   | Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1  | <b>2,70</b>   |
|     | <i>Сахарный песок, Чай</i>   |   |               |
| 40  | <b>Хлеб ржаной порция</b>  | Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1   | <b>2,39</b>   |
|     | <b>Итого за Обед</b>   | Калорийность-951, Белки-34, Жиры-41, Углеводы-112, ВитаминА-18, ВитаминВ1-1, ВитаминС-19, ВитаминРР-2, Магний-113, Фосфор-396, Железо-8     | <b>116,89</b> |
|     | <b>Итого за</b>  | Калорийность-3 212, Белки-145, Жиры-149, Углеводы-333, ВитаминА-18, ВитаминВ1-1, ВитаминС-19, ВитаминРР-2, Магний-113, Фосфор-396, Железо-9 | <b>196,39</b> |

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М

## МЕНЮ: ОБЗ

| Выход (г)               | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)  | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |   |                               |
| 90                      | <b>Биточки мясные 1</b><br><i>мясо свинины (бек), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>                               | Калорийность-288, Белки-13, Жиры-22,<br>Углеводы-12, Магний-22, Фосфор-68,<br>Железо-2  | <b>37,19</b>                  |
| 150                     | <b>Макаронные изделия<br/>отварные</b><br><i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>   | Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9,<br>Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36,<br>Железо-1  | <b>9,26</b>                   |
| 180                     | <b>Чай с сахаром</b><br><i>Сахарный песок, Чай</i>  | Калорийность-54, Углеводы-14, Магний-4,<br>Фосфор-7, Железо-1   | <b>2,42</b>                   |
| 25                      | <b>Бутерброд с сыром</b><br><i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр Голландский</i>   | Калорийность-76, Белки-4, Жиры-4,<br>Углеводы-7, ВитаминаА-25, Магний-7,<br>Фосфор-78   | <b>9,58</b>                   |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-655, Белки-21, Жиры-34,<br>Углеводы-66, ВитаминаА-25, ВитаминВ1-1,<br>Магний-52, Фосфор-189, Железо-4                                  | <b>58,45</b>                  |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |   |                               |
| 200                     | <b>Суп картофельный с яйцом</b><br><i>Морковь, Лук, мясо свинины (бек), Яйцо, Соль, Масло сливочное, Лавровый лист, Картофель</i>   | Калорийность-122, Белки-4, Жиры-5,<br>Углеводы-16, ВитаминС-7, ВитаминРР-2,<br>Магний-24, Фосфор-86, Железо-1                                       | <b>21,76</b>                  |
| 150                     | <b>Рагу овощное с мясом птицы</b><br><i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Томатная паста, Масло растительное, Лавровый лист, Соль, мясо свинины (бек), Мука пшеничная</i> | Калорийность-178, Белки-11, Жиры-9,<br>Углеводы-13, ВитаминаА-18, ВитаминС-10,<br>Магний-31, Фосфор-118, Железо-2                                   | <b>45,57</b>                  |
| 180                     | <b>Чай с сахаром</b><br><i>Сахарный песок, Чай</i>  | Калорийность-54, Углеводы-14, Магний-4,<br>Фосфор-7, Железо-1   | <b>2,42</b>                   |
| 30                      | <b>Хлеб ржаной порция</b>   | Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15,<br>Магний-8, Фосфор-54, Железо-1   | <b>1,79</b>                   |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-423, Белки-18, Жиры-14,<br>Углеводы-58, ВитаминаА-18, ВитаминС-17,<br>ВитаминРР-2, Магний-66, Фосфор-266,<br>Железо-5                  | <b>71,54</b>                  |
| <b>Итого за</b>         |   | Калорийность-1 078, Белки-39, Жиры-48,<br>Углеводы-123, ВитаминаА-43, ВитаминВ1-1,<br>ВитаминС-17, ВитаминРР-2, Магний-118,<br>Фосфор-455, Железо-9 | <b>129,99</b>                 |

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М

## МЕНЮ: Соц питание

| Выход (г)               | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                                    | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |   |                               |
| 95                      | <b>Биточки мясные 1</b><br><i>мясо свинины (бек), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i> | Калорийность-304, Белки-13, Жиры-23,<br>Углеводы-12, Магний-23, Фосфор-71,<br>Железо-2                            | <b>39,34</b>                  |
| 155                     | <b>Макаронные изделия<br/>отварные</b><br><i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>   | Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9,<br>Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21,<br>Фосфор-37, Железо-1                 | <b>9,54</b>                   |
| 35                      | <b>Бутерброд с сыром</b><br><i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр Голландский</i>   | Калорийность-107, Белки-5, Жиры-5,<br>Углеводы-10, ВитаминА-35, Магний-9,<br>Фосфор-109                           | <b>13,41</b>                  |
| 200                     | <b>Чай с сахаром</b><br><i>Сахарный песок, Чай</i>  | Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4,<br>Фосфор-8, Железо-1   | <b>2,70</b>                   |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-716, Белки-24, Жиры-37,<br>Углеводы-72, ВитаминА-35, ВитаминВ1-1,<br>Магний-57, Фосфор-225, Железо-4 | <b>64,99</b>                  |
| <b>Итого за</b>         |   | Калорийность-716, Белки-24, Жиры-37,<br>Углеводы-72, ВитаминА-35, ВитаминВ1-1,<br>Магний-57, Фосфор-225, Железо-4 | <b>64,99</b>                  |

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М

## МЕНЮ: Соц,нач,школа

| Выход (г)               | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                                     | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |  |                               |
| 95                      | <b>Биточки мясные 1</b><br><i>мясо свинины (бек), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i> | Калорийность-304, Белки-13, Жиры-23,<br>Углеводы-12, Магний-23, Фосфор-71,<br>Железо-2                             | <b>39,26</b>                  |
| 150                     | <b>Макаронные изделия<br/>отварные</b><br><i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>   | Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9,<br>Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36,<br>Железо-1                               | <b>9,24</b>                   |
| 200                     | <b>Чай с сахаром</b><br><i>Сахарный песок, Чай</i>  | Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4,<br>Фосфор-8, Железо-1  | <b>2,70</b>                   |
| 36                      | <b>Бутерброд с сыром</b><br><i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр Голландский</i>   | Калорийность-110, Белки-5, Жиры-5,<br>Углеводы-11, ВитаминаА-35, Магний-10,<br>Фосфор-112                          | <b>13,80</b>                  |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-711, Белки-23, Жиры-37,<br>Углеводы-71, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1,<br>Магний-57, Фосфор-227, Железо-4 | <b>65,00</b>                  |
| <b>Итого за</b>         |   | Калорийность-711, Белки-23, Жиры-37,<br>Углеводы-71, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1,<br>Магний-57, Фосфор-227, Железо-4 | <b>65,00</b>                  |

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М

## МЕНЮ: Завтраки нач,школы

| Выход (г)               | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                                     | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |  |                               |
| 90                      | <b>Биточки мясные 1</b><br><i>мясо свинины (бек), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i> | Калорийность-288, Белки-13, Жиры-22,<br>Углеводы-12, Магний-22, Фосфор-68,<br>Железо-2                             | <b>37,42</b>                  |
| 155                     | <b>Макаронные изделия<br/>отварные</b><br><i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>   | Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9,<br>Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21,<br>Фосфор-37, Железо-1                  | <b>9,54</b>                   |
| 40                      | <b>Бутерброд с сыром</b><br><i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр Голландский</i>   | Калорийность-122, Белки-6, Жиры-6,<br>Углеводы-12, ВитаминаА-39, Магний-11,<br>Фосфор-125                          | <b>15,33</b>                  |
| 200                     | <b>Чай с сахаром</b><br><i>Сахарный песок, Чай</i>  | Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4,<br>Фосфор-8, Железо-1  | <b>2,70</b>                   |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-715, Белки-24, Жиры-36,<br>Углеводы-73, ВитаминаА-39, ВитаминВ1-1,<br>Магний-57, Фосфор-237, Железо-4 | <b>64,99</b>                  |
| <b>Итого за</b>         |   | Калорийность-715, Белки-24, Жиры-36,<br>Углеводы-73, ВитаминаА-39, ВитаминВ1-1,<br>Магний-57, Фосфор-237, Железо-4 | <b>64,99</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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)  | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|--|-----------------------------------|---|-------------------------------|
| <b>Обед</b>  |                                   |   |                               |
| 200  | <b>Суп картофельный с яйцом</b>   | Калорийность-122, Белки-4, Жиры-5,<br>Углеводы-16, ВитаминС-7, ВитаминРР-2,<br>Магний-24, Фосфор-86, Железо-1                     | <b>15,80</b>                  |
| <i>Морковь, Лук, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Картофель</i>  |                                   |   |                               |
| 150  | <b>Рагу овощное с мясом птицы</b> | Калорийность-178, Белки-11, Жиры-9,<br>Углеводы-13, ВитаминА-18, ВитаминС-10,<br>Магний-31, Фосфор-118, Железо-2                  | <b>46,76</b>                  |
| <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Томатная паста, Масло растительное, Лавровый лист, Соль, мясо свинины (бек), Мука пшеничная</i> |                                   |   |                               |
| 200  | <b>Чай без сахара</b>             | Магний-2, Фосфор-1  | <b>0,69</b>                   |
| 30   | <b>Хлеб ржаной порция</b>         | Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15,<br>Магний-8, Фосфор-54, Железо-1   | <b>1,79</b>                   |
| <b>Итого за Обед</b>   |                                   | Калорийность-369, Белки-17, Жиры-14,<br>Углеводы-44, ВитаминА-18, ВитаминС-17,<br>ВитаминРР-2, Магний-64, Фосфор-260,<br>Железо-4 | <b>65,04</b>                  |
| <b>Итого за</b>  |                                   | Калорийность-369, Белки-17, Жиры-14,<br>Углеводы-44, ВитаминА-18, ВитаминС-17,<br>ВитаминРР-2, Магний-64, Фосфор-260,<br>Железо-4 | <b>65,04</b>                  |

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М