

МЕНЮ: Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Выпечка</u>			
60	Пирожки с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	8,50
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	9,80
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	7,40
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	29,60
75	Пирожки с вишней <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, вишня для напитков и пирогов</i>	Калорийность-262, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-53	11,30
50	Булочка Домашняя <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	4,00
Итого за Выпечка		Калорийность-2 335, Белки-113, Жиры-109, Углеводы-233, Железо-1	70,60
<u>Обед</u>			
260	Суп картофельный с с бобовымис мясом (горохом луценым) <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Мясо говядины, Соль</i>	Калорийность-202, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-22, ВитаминС-6, Магний-36, Фосфор-88, Железо-3	15,50
60	Котлеты рубленые из птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-178, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминВ1-1, ВитаминС-14, Магний-14, Фосфор-58, Железо-1	22,60
150	Запеканка картофельная с мясом <i>Картофель, Яйцо, Мясо говядины, Масло растительное, Лук, Масло сливочное, Панировочные сухари, Соль</i>	Калорийность-336, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-20, ВитаминА-69, ВитаминС-5, Магний-110, Фосфор-293, Железо-4	60,80
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	9,30
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,60
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,20
Итого за Обед		Калорийность-1 113, Белки-42, Жиры-50, Углеводы-123, ВитаминА-69, ВитаминВ1-2, ВитаминС-25, Магний-194, Фосфор-556, Железо-11	113,00

Итого за Калорийность-3 447, Белки-155, Жиры-158, **183,60**
Углеводы-355, ВитаминА-69, ВитаминВ1-2,
ВитаминС-25, Магний-194, Фосфор-556,
Железо-12

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	Котлеты рубленые из птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное,</i>	Калорийность-296, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-18, ВитаминВ1-1, ВитаминС-23, Магний-23, Фосфор-96, Железо-2 <i>Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	37,59
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	9,26
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,57
Итого за Завтрак		Калорийность-601, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-67, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-48, Фосфор-142, Железо-4	49,42
<u>Обед</u>			
250	Суп картофельный с бобовымис мясом (горохом луценым) <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Мясо говядины, Соль</i>	Калорийность-194, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-21, ВитаминС-6, Магний-34, Фосфор-85, Железо-2	14,87
150	Запеканка картофельная с мясом <i>Картофель, Яйцо, Мясо говядины, Масло растительное, Лук, Масло сливочное, Панировочные сухари, Соль</i>	Калорийность-336, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-20, ВитаминА-69, ВитаминС-5, Магний-110, Фосфор-293, Железо-4	60,97
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,57
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,17
Итого за Обед		Калорийность-683, Белки-28, Жиры-30, Углеводы-77, ВитаминА-69, ВитаминС-11, Магний-158, Фосфор-458, Железо-9	80,58
Итого за		Калорийность-1 283, Белки-47, Жиры-56, Углеводы-144, ВитаминА-69, ВитаминВ1-2, ВитаминС-34, Магний-206, Фосфор-600, Железо-12	130,00

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	Кукуруза (консервированная)	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	4,87
100	Котлеты рубленые из птицы	Калорийность-296, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-18, ВитаминВ1-1, ВитаминС-23, Магний-23, Фосфор-96, Железо-2	37,59
	<i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное,</i>	<i>Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	8,96
	<i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>		
180	Сок	Калорийность-72, Углеводы-18	6,73
	<i>сок пачка, сок</i>		
20	Хлеб ржаной порция	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	1,08
70	Мандарин	Калорийность-27, Белки-1, Углеводы-5	5,77
Итого за Завтрак		Калорийность-692, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-87, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-49, Фосфор-169, Железо-3	65,00
Итого за		Калорийность-692, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-87, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-49, Фосфор-169, 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>			
90	Котлеты рубленые из птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное,</i>	Калорийность-267, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-16, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1 <i>Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	33,83
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	9,26
200	Сок <i>сок пачка, сок</i>	Калорийность-80, Углеводы-20	7,48
30	Кукуруза (консервированная)	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	4,87
20	Хлеб ржаной порция	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	1,08
90	Мандарин	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-7	8,47
Итого за Завтрак		Калорийность-686, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-90, ВитаминВ1-2, ВитаминС-21, Магний-47, Фосфор-160, Железо-3	64,99
Итого за		Калорийность-686, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-90, ВитаминВ1-2, ВитаминС-21, Магний-47, Фосфор-160, Железо-3	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>			
100	Котлеты рубленые из птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное,</i>	Калорийность-296, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-18, ВитаминВ1-1, ВитаминС-23, Магний-23, Фосфор-96, Железо-2	37,60
150	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	7,67
180	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14, Магний-4, Фосфор-7, Железо-1	2,32
1	Шоколад		16,32
20	Хлеб ржаной порция	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	1,08
Итого за Завтрак		Калорийность-633, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-74, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-52, Фосфор-176, Железо-4	64,99
Итого за		Калорийность-633, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-74, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-52, Фосфор-176, Железо-4	64,99

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 бобовыми мясом (горохом лученым) <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Соль</i>	Калорийность-155, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-17, ВитаминС-4, Магний-27, Фосфор-68, Железо-2	5,04
150	Запеканка картофельная с мясом <i>Картофель, Яйцо, Мясо говядины, Масло растительное, Лук, Масло сливочное, Панчурочные сухари, Соль</i>	Калорийность-336, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-20, ВитаминА-69, ВитаминС-5, Магний-110, Фосфор-293, Железо-4	56,02
180	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14, Магний-4, Фосфор-7, Железо-1	2,32
30	Хлеб ржаной порция	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15, Магний-8, Фосфор-54, Железо-1	1,63
Итого за Обед		Калорийность-615, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-66, ВитаминА-69, ВитаминС-9, Магний-148, Фосфор-422, Железо-8	65,01
Итого за		Калорийность-615, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-66, ВитаминА-69, ВитаминС-9, Магний-148, Фосфор-422, Железо-8	65,01

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М