

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, Ветчина вареная в оболочке, Яйцо</i>	Калорийность-297, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-31	19,10
60	Пирожки с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	8,20
75	Пирожки с вишней <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, вишня для напитокка и пирогов</i>	Калорийность-262, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-53	8,90
100	Сороконожка <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Ветчина вареная в оболочке, Сыр Голландский, Яйцо</i>	Калорийность-297, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-31	29,50
113	Пицца школьная в -2 ТТК <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Масло растительное, Колбаса докторская, Сыр Голландский, Томатная паста, Огурцы соленые, Сметана</i>	Калорийность-299, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-28, Железо-1	31,60
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	10,20
75	Ватрушка с творогом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Творог</i>	Калорийность-210, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-34	11,10
50	Булочка Домашняя <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	3,50
Итого за Выпечка		Калорийность-2 907, Белки-139, Жиры-142, Углеводы-278, Железо-1	122,10

Обед

265	Суп с макаронными изделиями и мясом <i>Вермишель, Морковь, Лук, Масло сливочное, Соль, Мясо птицы, Томатная паста</i>	Калорийность-145, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-1, ВитаминРР-13, Магний-12, Фосфор-39, Железо-1	18,40
150/15	Оладьи <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, Повидло разное</i>	Калорийность-456, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-74, ВитаминА-37, ВитаминВ2-5, ВитаминС-1, Магний-55, Фосфор-245, Железо-2	12,50
60	Шницель мясной <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-157, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-10, Магний-14, Фосфор-45, Железо-1	29,90
150	Рагу овощное <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-146, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-16, ВитаминА-1, ВитаминВ1-1, ВитаминС-9, Магний-25, Фосфор-92, Железо-1	7,30
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,90
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,00
Итого за Обед		Калорийность-1 055, Белки-33, Жиры-35, Углеводы-150, ВитаминА-38, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-5, ВитаминС-11, ВитаминРР-13, Магний-120, Фосфор-501, Железо-7	72,00
Итого за		Калорийность-3 962, Белки-172, Жиры-177, Углеводы-428, ВитаминА-38, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-5, ВитаминС-11, ВитаминРР-13, Магний-120, Фосфор-501, Железо-9	194,10

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>			
150/25	Оладьи <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, молоко сгущеное</i>	Калорийность-483, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-78, ВитаминаА-39, ВитаминВ2-5, ВитаминС-1, Магний-58, Фосфор-260, Железо-2	17,68
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,86
200	Банан	Калорийность-192, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-42	22,54
Итого за Завтрак		Калорийность-735, Белки-17, Жиры-14, Углеводы-135, ВитаминаА-39, ВитаминВ2-5, ВитаминС-1, Магний-62, Фосфор-268, Железо-3	42,08
<u>Обед</u>			
25	Помидор свежий	Калорийность-6, Углеводы-1	4,40
265	Суп с макаронными изделиями и мясом <i>Вермишель, Морковь, Лук, Масло сливочное, Соль, Мясо птицы, Томатная паста</i>	Калорийность-145, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-1, ВитаминРР-13, Магний-12, Фосфор-39, Железо-1	18,44
90	Шницель мясной <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-235, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-14, Магний-22, Фосфор-68, Железо-2	44,88
150	Рагу овощное <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Масло сливочное, Соль, Лавровый лист</i>	Калорийность-146, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-16, ВитаминаА-1, ВитаминВ1-1, ВитаминС-9, Магний-25, Фосфор-92, Железо-1	7,67
200	Напиток клюквеный <i>Клюква для напитка, Сахарный песок</i>	Калорийность-102, Углеводы-21, ВитаминС-2	10,51
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	1,97
Итого за Обед		Калорийность-725, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-88, ВитаминаА-1, ВитаминВ1-1, ВитаминС-12, ВитаминРР-13, Магний-68, Фосфор-270, Железо-5	87,87
Итого за		Калорийность-1 461, Белки-42, Жиры-42, Углеводы-223, ВитаминаА-41, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-5, ВитаминС-13, ВитаминРР-13, Магний-130, Фосфор-538, Железо-8	129,95

МЕНЮ: Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
150/50	Оладьи <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, Масло сливочное</i>	Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-1, Магний-66, Фосфор-297, Железо-3	32,62
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-2, Железо-1	15,42
150	Банан	Калорийность-144, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-32	16,94
Итого за Завтрак		Калорийность-854, Белки-23, Жиры-20, Углеводы-144, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-3, Магний-66, Фосфор-297, Железо-4	64,98
Итого за		Калорийность-854, Белки-23, Жиры-20, Углеводы-144, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-3, Магний-66, Фосфор-297, Железо-4	64,98

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>			
150/50	Оладьи <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, Масло сливочное</i>	Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-1, Магний-66, Фосфор-297, Железо-3	21,38
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-2, Железо-1	15,42
150	Яблоко	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12	15,18
42	Бутерброд с колбасой <i>Хлеб Пшеничный, Ветчина вареная в оболочке</i>	Калорийность-95, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-11, Магний-12, Фосфор-46, Железо-1	13,02
Итого за Завтрак		Калорийность-876, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-136, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-3, Магний-78, Фосфор-343, Железо-4	65,00
Итого за		Калорийность-876, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-136, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-3, Магний-78, Фосфор-343, Железо-4	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>			
150/50	Оладьи <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, Масло сливочное</i>	Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-1, Магний-66, Фосфор-297, Железо-3	35,06
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-2, Железо-1	15,42
66	Кондитерское изделие	Калорийность-288, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-32	14,50
Итого за Завтрак		Калорийность-998, Белки-25, Жиры-35, Углеводы-145, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-3, Магний-66, Фосфор-297, Железо-4	64,98
Итого за		Калорийность-998, Белки-25, Жиры-35, Углеводы-145, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-3, Магний-66, Фосфор-297, Железо-4	64,98

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)
<u>Обед</u>			
265	Суп с макаронными изделиями и мясом <i>Вермишель, Морковь, Лук, Масло сливочное, Соль, Мясо птицы, Томатная паста</i>	Калорийность-145, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-1, ВитаминРР-13, Магний-12, Фосфор-39, Железо-1	9,12
90	Шницель мясной <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-235, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-14, Магний-22, Фосфор-68, Железо-2	45,74
150	Рагу овощное <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-146, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-16, ВитаминА-1, ВитаминВ1-1, ВитаминС-9, Магний-25, Фосфор-92, Железо-1	7,30
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,86
20	Хлеб ржаной порция	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	0,99
Итого за Обед		Калорийность-631, Белки-24, Жиры-28, Углеводы-71, ВитаминА-1, ВитаминВ1-1, ВитаминС-10, ВитаминРР-13, Магний-67, Фосфор-242, Железо-5	65,01
Итого за		Калорийность-631, Белки-24, Жиры-28, Углеводы-71, ВитаминА-1, ВитаминВ1-1, ВитаминС-10, ВитаминРР-13, Магний-67, Фосфор-242, Железо-5	65,01

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М