

## МЕНЮ: Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Выпечка</u></b>			
60	<b>Пирожки с яйцом</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	<b>9,10</b>
75	<b>Пирожок со сгущенным молоком</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, молоко сгущенное</i>	Калорийность-211, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48	<b>11,90</b>
75	<b>Ватрушка с творогом</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Творог</i>	Калорийность-210, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-34	<b>12,90</b>
75	<b>Пирожки с яблоками</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Яблоки для компота ,пирогои</i>	Калорийность-189, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-42	<b>8,90</b>
113	<b>Пицца школьная в -2 ТТК</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Масло растительное, Филе ЦБ без кожи, Сыр "Российский", Томатная паста, Огурцы соленые, Сметана</i>	Калорийность-299, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-28, Железо-1	<b>33,70</b>
75	<b>Пирожки с вишней</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, вишня для напитка и пирогов</i>	Калорийность-262, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-53	<b>10,50</b>
50	<b>Булочка Домашняя</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	<b>3,90</b>
<b>Итого за Выпечка</b>		Калорийность-2 503, Белки-122, Жиры-113, Углеводы-257, Железо-1	<b>90,90</b>

Обед

260	<b>Суп картофельный с бобовымис мясом (горохом лущеным)</b>	Калорийность-202, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-22, ВитаминС-6, Магний-36, Фосфор-88, Железо-3	<b>16,70</b>
	<i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Мясо птицы, Соль</i>		
60	<b>Котлеты рубленые из птицы</b>	Калорийность-178, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминВ1-1, ВитаминС-14, Магний-14, Фосфор-58, Железо-1	<b>27,70</b>
	<i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>		
150	<b>Запеканка картофельная с мясом</b>	Калорийность-252, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-13, ВитаминС-3, Железо-2	<b>47,20</b>
	<i>Картофель, Молоко цельное, Яйцо, Мясо говядины, Масло растительное, Лук, Масло сливочное, Панировочные сухари, Соль</i>		
155	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	<b>8,10</b>
	<i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>		
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>2,00</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>2,20</b>
	<b>Итого за Обед</b>	Калорийность-1 028, Белки-41, Жиры-41, Углеводы-115, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-84, Фосфор-264, Железо-9	<b>103,90</b>
	<b>Итого за</b>	Калорийность-3 531, Белки-162, Жиры-154, Углеводы-373, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-84, Фосфор-264, Железо-10	<b>194,80</b>

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<b>Котлеты рубленые из птицы</b> <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-267, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-16, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	<b>41,51</b>
155	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	<b>8,14</b>
180	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14, Магний-4, Фосфор-7, Железо-1	<b>1,79</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-565, Белки-18, Жиры-25, Углеводы-64, ВитаминВ1-2, ВитаминС-21, Магний-46, Фосфор-131, Железо-3	<b>51,44</b>
<b><u>Обед</u></b>			
200	<b>Суп картофельный с с бобовымис мясом (горохом луценым)</b> <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Мясо птицы, Соль</i>	Калорийность-155, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-17, ВитаминС-4, Магний-27, Фосфор-68, Железо-2	<b>12,80</b>
150	<b>Запеканка картофельная с мясом</b> <i>Картофель, Молоко цельное, Яйцо, Мясо говядины, Масло растительное, Лук, Масло сливочное, Панировочные сухари, Соль</i>	Калорийность-252, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-13, ВитаминС-3, Железо-2	<b>47,09</b>
56	<b>Мандарин</b>	Калорийность-21, Углеводы-4	<b>9,34</b>
180	<b>Компот из свежих плодов (витаминизированный)</b> <i>Яблоки для компота ,пирог, Лимонная кислота, Сахарный песок</i>	Калорийность-103, Углеводы-25, ВитаминС-2, Железо-1	<b>7,15</b>
40	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	<b>2,17</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-623, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-80, ВитаминС-9, Магний-37, Фосфор-140, Железо-6	<b>78,55</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 188, Белки-43, Жиры-44, Углеводы-144, ВитаминВ1-2, ВитаминС-30, Магний-83, Фосфор-271, Железо-10	<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), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<b>Котлеты рубленые из птицы</b> <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панчурочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-267, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-16, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	<b>41,51</b>
155	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	<b>8,14</b>
207	<b>Чай с лимоном</b> <i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	<b>3,29</b>
70	<b>Мандарин</b>	Калорийность-27, Белки-1, Углеводы-5	<b>10,97</b>
20	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	<b>1,08</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-647, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-81, ВитаминВ1-2, ВитаминС-21, Магний-47, Фосфор-160, Железо-3	<b>64,99</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-647, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-81, ВитаминВ1-2, ВитаминС-21, Магний-47, Фосфор-160, Железо-3	<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), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<b>Котлеты рубленые из птицы</b> <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панчурочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-267, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-16, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	<b>41,51</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	<b>7,88</b>
180	<b>Чай с лимоном</b> <i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>	Калорийность-55, Углеводы-13	<b>2,86</b>
70	<b>Мандарин</b>	Калорийность-27, Белки-1, Углеводы-5	<b>11,67</b>
20	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	<b>1,08</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-631, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-78, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-46, Фосфор-159, Железо-3	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-631, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-78, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-46, Фосфор-159, Железо-3	<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), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
90	<b>Котлеты рубленые из птицы</b> <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-267, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-16, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	<b>41,52</b>
155	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	<b>8,14</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>1,99</b>
80	<b>Мандарин</b>	Калорийность-30, Белки-1, Углеводы-6	<b>13,34</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-602, Белки-18, Жиры-25, Углеводы-71, ВитаминВ1-2, ВитаминС-21, Магний-46, Фосфор-132, Железо-4	<b>64,99</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-602, Белки-18, Жиры-25, Углеводы-71, ВитаминВ1-2, ВитаминС-21, Магний-46, Фосфор-132, 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), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
200	<b>Суп картофельный с бобовыми и мясом (горохом луценым)</b>	Калорийность-155, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-17, ВитаминС-4, Магний-27, Фосфор-68, Железо-2	12,16
<i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Мясо птицы, Соль</i>			
140	<b>Запеканка картофельная с мясом</b>	Калорийность-235, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-12, ВитаминС-3, Железо-2	44,06
<i>Картофель, Молоко цельное, Яйцо, Мясо говядины, Масло растительное, Лук, Масло сливочное, Панировочные сухари, Соль</i>			
180	<b>Компот из свежих плодов (витаминизированный)</b>	Калорийность-103, Углеводы-25, ВитаминС-2, Железо-1	7,16
<i>Яблоки для компота, пироги, Лимонная кислота, Сахарный песок</i>			
30	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15, Магний-8, Фосфор-54, Железо-1	1,63
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-562, Белки-23, Жиры-18, Углеводы-70, ВитаминС-9, Магний-35, Фосфор-122, Железо-6	<b>65,01</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-562, Белки-23, Жиры-18, Углеводы-70, ВитаминС-9, Магний-35, Фосфор-122, Железо-6	<b>65,01</b>

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М