

МЕНЮ: Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Выпечка</u>			
75	Пирожки с капустой <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Капуста</i>	Калорийность-527, Белки-33, Жиры-30, Углеводы-30	6,80
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 напитка и пирогов</i>	Калорийность-262, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-53	9,10
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	10,60
113	Пицца школьная в -2 ТТК <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Масло растительное, Филе ЦБ без кожи, Сыр "Российский", Огурцы соленые</i>	Калорийность-299, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-28, Железо-1	24,50
75	Ватрушка с творогом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Творог</i>	Калорийность-210, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-34	11,20
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-2 841, Белки-151, Жиры-142, Углеводы-246, Железо-1	73,90
<u>Обед</u>			
260	Суп картофельный 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	16,80
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, ВитаминС-1, Магний-14, Фосфор-45, Железо-1	28,90
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	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-755, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-101, ВитаминВ1-1, ВитаминС-7, Магний-85, Фосфор-251, Железо-7	56,90

Итого за Калорийность-3 597, Белки-177, Жиры-168, **130,80**
Углеводы-347, ВитаминВ1-1, ВитаминС-7,
Магний-85, Фосфор-251, Железо-8

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 рисовая молочная жидкая <i>Рис, Молоко цельное, Сахарный песок, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-40, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-27, Фосфор-126	13,31
200	Какао с молоком витаминизированный <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-21, Железо-1	14,87
50	Бутерброд горячие с сыром <i>Сыр "Российский", Масло сливочное, Хлеб Пшеничный</i>	Калорийность-147, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-16, ВитаминА-30, Магний-15, Фосфор-122	13,50
Итого за Завтрак		Калорийность-469, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-79, ВитаминА-83, ВитаминС-22, Магний-42, Фосфор-248, Железо-2	41,68
<u>Обед</u>			
16	Помидор свежий	Калорийность-4, Углеводы-1	1,91
260	Суп картофельный с бобовымис мясом (горохом лущеным) <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	16,75
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, ВитаминС-2, Магний-22, Фосфор-68, Железо-2	44,80
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	7,34
200	Компот из черной смородины С/м <i>смородина черная для компота, Сахарный песок</i>	Калорийность-138, Углеводы-33, ВитаминС-16, Магний-7, Фосфор-21, Железо-1	15,55
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	1,97
Итого за Обед		Калорийность-915, Белки-31, Жиры-31, Углеводы-124, ВитаминВ1-1, ВитаминС-24, Магний-95, Фосфор-286, Железо-7	88,32
Итого за		Калорийность-1 385, Белки-53, Жиры-56, Углеводы-203, ВитаминА-83, ВитаминВ1-1, ВитаминС-46, Магний-137, Фосфор-534, Железо-9	130,00

МЕНЮ: Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
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, ВитаминС-2, Магний-22, Фосфор-68, Железо-2	42,92
150	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	7,11
180	Компот из черной смородины С/м <i>смородина черная для компота, Сахарный песок</i>	Калорийность-124, Углеводы-30, ВитаминС-14, Магний-6, Фосфор-19	13,99
20	Хлеб ржаной порция	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	0,99
Итого за Завтрак		Калорийность-642, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-87, ВитаминВ1-1, ВитаминС-16, Магний-53, Фосфор-159, Железо-4	65,01
Итого за		Калорийность-642, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-87, ВитаминВ1-1, ВитаминС-16, Магний-53, Фосфор-159, Железо-4	65,01

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>			
92	Шницель мясной <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминС-2, Магний-22, Фосфор-69, Железо-2	42,92
150	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	7,11
180	Компот из черной смородины С/м <i>смородина черная для компота , Сахарный песок</i>	Калорийность-124, Углеводы-30, ВитаминС-14, Магний-6, Фосфор-19	13,99
20	Хлеб ржаной порция	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	0,99
Итого за Завтрак		Калорийность-647, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-87, ВитаминВ1-1, ВитаминС-16, Магний-54, Фосфор-160, Железо-4	65,01
Итого за		Калорийность-647, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-87, ВитаминВ1-1, ВитаминС-16, Магний-54, Фосфор-160, Железо-4	65,01

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>			
200	Каша рисовая молочная жидкая <i>Рис , Молоко цельное, Сахарный песок, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-40, Витамина-53, ВитаминС-1, Магний-27, Фосфор-126	13,31
200	Какао с молоком витаминизированный <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-21, Железо-1	14,87
50	Бутерброд горячие с сыром <i>Сыр "Российский", Масло сливочное, Хлеб Пшеничный</i>	Калорийность-147, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-16, Витамина-30, Магний-15, Фосфор-122	13,50
210	Банан	Калорийность-202, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-44	23,32
Итого за Завтрак		Калорийность-671, Белки-25, Жиры-26, Углеводы-123, Витамина-83, ВитаминС-22, Магний-42, Фосфор-248, Железо-2	65,00
Итого за		Калорийность-671, Белки-25, Жиры-26, Углеводы-123, Витамина-83, ВитаминС-22, Магний-42, Фосфор-248, Железо-2	65,00

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>			
200	Суп картофельный с бобовымис мясом (горохом луценым)	Калорийность-155, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-17, ВитаминС-4, Магний-27, Фосфор-68, Железо-2	12,89
<i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Мясо говядины, Соль</i>			
90	Шницель мясной	Калорийность-235, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-14, ВитаминС-2, Магний-22, Фосфор-68, Железо-2	42,07
<i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>			
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	7,10
<i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>			
180	Чай с сахаром	Калорийность-54, Углеводы-14, Магний-4, Фосфор-7, Железо-1	1,71
<i>Сахарный песок, Чай</i>			
25	Хлеб ржаной порция	Калорийность-58, Белки-2, Углеводы-12, Магний-6, Фосфор-45, Железо-1	1,23
Итого за Обед		Калорийность-738, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-91, ВитаминВ1-1, ВитаминС-6, Магний-79, Фосфор-224, Железо-6	65,00
Итого за		Калорийность-738, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-91, ВитаминВ1-1, ВитаминС-6, Магний-79, Фосфор-224, Железо-6	65,00

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М