

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	7,80
60	Пирожки с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	8,50
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	11,70
60	Пирожок с изюмом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Изюм, Масло растительное, Молоко цельное</i>	Калорийность-173, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28, Железо-1	9,40
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	9,90
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	7,50
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-2 736, Белки-140, Жиры-126, Углеводы-263, Железо-1	58,80
<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	15,70
70	Котлеты рубленые из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-207, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-13, ВитаминВ1-1, ВитаминС-16, Магний-16, Фосфор-67, Железо-1	29,90
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	8,30
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,00
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,20
Итого за Обед		Калорийность-806, Белки-26, Жиры-30, Углеводы-104, ВитаминВ1-2, ВитаминС-22, Магний-87, Фосфор-273, Железо-7	58,10

Итого за Калорийность-3 542, Белки-166, Жиры-156, **116,90**
Углеводы-366, ВитаминВ1-2, ВитаминС-22,
Магний-87, Фосфор-273, 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	15,68
200	Какао с молоком витаминизированный <i>Молоко цельное, Сахарный песок, какао Витошка</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-21, Железо-1	17,32
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	15,22
Итого за Завтрак		Калорийность-469, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-79, ВитаминА-83, ВитаминС-22, Магний-42, Фосфор-248, Железо-2	48,22
<u>Обед</u>			
111	Банан	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23	10,87
260	Суп картофельный с с бобовыми с 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	15,70
100	Котлеты рубленые из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-296, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-18, ВитаминВ1-1, ВитаминС-23, Магний-23, Фосфор-96, Железо-2	42,67
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	8,26
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,04
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,17
Итого за Обед		Калорийность-1 001, Белки-32, Жиры-36, Углеводы-133, ВитаминВ1-2, ВитаминС-29, Магний-94, Фосфор-302, Железо-7	81,71
Итого за		Калорийность-1 471, Белки-54, Жиры-61, Углеводы-211, ВитаминА-83, ВитаминВ1-2, ВитаминС-51, Магний-136, Фосфор-550, Железо-9	129,93

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>			
100	Котлеты рубленые из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панчурочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-296, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-18, ВитаминВ1-1, ВитаминС-23, Магний-23, Фосфор-96, Железо-2	40,72
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	8,26
180	Напиток клюквенный <i>Клюква для напитка, Сахарный песок</i>	Калорийность-92, Углеводы-19, ВитаминС-2	14,93
20	Хлеб ржаной порция	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	1,08
Итого за Завтрак		Калорийность-679, Белки-20, Жиры-27, Углеводы-81, ВитаминВ1-2, ВитаминС-25, Магний-49, Фосфор-170, Железо-3	64,99
Итого за		Калорийность-679, Белки-20, Жиры-27, Углеводы-81, ВитаминВ1-2, ВитаминС-25, Магний-49, Фосфор-170, Железо-3	64,99

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 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	39,06
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	8,26
200	Напиток клюквенный <i>Клюква для напитка, Сахарный песок</i>	Калорийность-102, Углеводы-21, ВитаминС-2	16,59
20	Хлеб ржаной порция	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	1,08
Итого за Завтрак		Калорийность-659, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-81, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-47, Фосфор-160, Железо-3	64,99
Итого за		Калорийность-659, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-81, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, 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>			
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	15,69
200	Какао с молоком витаминизированный <i>Молоко цельное, Сахарный песок, какао Витошка</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-21, Железо-1	17,32
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	15,30
170	Банан	Калорийность-163, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-36	16,62
Итого за Завтрак		Калорийность-633, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-114, Витамина-83, ВитаминС-22, Магний-42, Фосфор-248, Железо-2	64,93
Итого за		Калорийность-633, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-114, Витамина-83, ВитаминС-22, Магний-42, Фосфор-248, Железо-2	64,93

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 и мясом (горохом луценым)	Калорийность-155, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-17, ВитаминС-4, Магний-27, Фосфор-68, Железо-2	11,73
<i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Мясо говядины, Соль</i>			
90	Котлеты рубленые из птицы	Калорийность-267, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-16, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	38,41
<i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панчурочные сухари, Масло растительное</i>			
155	Макаронные изделия отварные	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	6,91
<i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>			
180	Напиток Витошка	Калорийность-298, Углеводы-17, ВитаминаА-108, ВитаминС-18	5,80
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,17
Итого за Обед		Калорийность-1 056, Белки-27, Жиры-31, Углеводы-104, ВитаминаА-108, ВитаминВ1-2, ВитаминС-43, Магний-79, Фосфор-264, Железо-6	65,02
Итого за		Калорийность-1 056, Белки-27, Жиры-31, Углеводы-104, ВитаминаА-108, ВитаминВ1-2, ВитаминС-43, Магний-79, Фосфор-264, Железо-6	65,02

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М