

## МЕНЮ: Завтраки нач,школы

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>Биточек мясной</b> <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	<b>44,89</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>6,75</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>1,87</b>
36	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминаА-35, Магний-10, Фосфор-112	<b>11,53</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-649, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-74, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1, Магний-56, Фосфор-225, Железо-4	<b>65,04</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-649, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-74, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1, Магний-56, Фосфор-225, Железо-4	<b>65,04</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>			
250	<b>Суп картофельный с яцом</b> <i>Морковь, Лук, Мясо говядины, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Картофель</i>	Калорийность-152, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-9, ВитаминРР-2, Магний-30, Фосфор-108, Железо-2	<b>19,04</b>
175	<b>Рагу овощное с мясо птицы</b> <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Томатная паста, Масло растительное, Соль, Мясо птицы, Мука пшеничная</i>	Калорийность-208, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-15, ВитаминаА-21, ВитаминС-12, Магний-36, Фосфор-138, Железо-2	<b>32,29</b>
200	<b>Напиток клюквеный</b> <i>Клюква для напитка, Сахарный песок</i>	Калорийность-102, Углеводы-21, ВитаминС-2	<b>10,53</b>
40	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	<b>1,97</b>
13	<b>Горошек зеленый (консервы)</b>	Калорийность-5, Углеводы-1	<b>1,17</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-560, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-78, ВитаминаА-21, ВитаминС-23, ВитаминРР-2, Магний-76, Фосфор-318, Железо-5	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-560, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-78, ВитаминаА-21, ВитаминС-23, ВитаминРР-2, Магний-76, Фосфор-318, Железо-5	<b>65,00</b>

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М

## **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><i>Пирожки с яйцом</i></b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	<b>8,20</b>
113	<b><i>Пицца школьная в -2 ТТК</i></b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Масло растительное, Мясо птицы, Сыр "Российский", Томатная паста, Огурцы соленые, Сметана</i>	Калорийность-299, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-28, Железо-1	<b>26,90</b>
75	<b><i>Пирожки с вишней</i></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>8,90</b>
75	<b><i>Пирожок со сгущенным молоком</i></b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, молоко сгущенное</i>	Калорийность-211, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48	<b>10,20</b>
75	<b><i>Пирожки с яблоками</i></b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Яблоки для компота, пироги</i>	Калорийность-189, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-42	<b>8,30</b>
75	<b><i>Ватрушка с творогом</i></b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Творог</i>	Калорийность-210, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-34	<b>11,10</b>
50	<b><i>Булочка Домашняя</i></b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	<b>3,50</b>
<b>Итого за Выпечка</b>		Калорийность-2 503, Белки-122, Жиры-113, Углеводы-257, Железо-1	<b>77,10</b>

Обед

250	<b>Суп картофельный с яцом</b> <i>Морковь, Лук, Мясо говядины, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Картофель</i>	Калорийность-152, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-9, ВитаминРР-2, Магний-30, Фосфор-108, Железо-2	<b>19,00</b>
175	<b>Рагу овощное с мясом птицы</b> <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Томатная паста, Масло растительное, Соль, Мясо птицы, Мука пшеничная</i>	Калорийность-208, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-15, ВитаминА-21, ВитаминС-12, Магний-36, Фосфор-138, Железо-2	<b>32,30</b>
60	<b>Биточек мясной</b> <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панцировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-157, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-10, Магний-14, Фосфор-45, Железо-1	<b>29,90</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>6,80</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>1,90</b>
40	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	<b>2,00</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-913, Белки-36, Жиры-35, Углеводы-114, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1, ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-116, Фосфор-409, Железо-8	<b>91,90</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-3 416, Белки-158, Жиры-148, Углеводы-372, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1, ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-116, Фосфор-409, Железо-9	<b>169,00</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>Биточек мясной</b> <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	<b>44,98</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>6,76</b>
180	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14, Магний-4, Фосфор-7, Железо-1	<b>1,69</b>
35	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-107, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминА-35, Магний-9, Фосфор-109	<b>11,20</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-640, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-72, ВитаминА-35, ВитаминВ1-1, Магний-56, Фосфор-221, Железо-4	<b>64,63</b>
<b><u>Обед</u></b>			
14	<b>Кукуруза (консервированная)</b>	Калорийность-7, Углеводы-2	<b>2,09</b>
250	<b>Суп картофельный с яйцом</b> <i>Морковь, Лук, Мясо говядины, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Лавровый лист, Картофель</i>	Калорийность-152, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-9, ВитаминРР-2, Магний-30, Фосфор-108, Железо-2	<b>19,05</b>
175	<b>Рагу овощное с мясом птицы</b> <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Томатная паста, Масло растительное, Лавровый лист, Соль, Мясо птицы, Мука пшеничная</i>	Калорийность-208, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-15, ВитаминА-21, ВитаминС-12, Магний-36, Фосфор-138, Железо-2	<b>32,31</b>
190	<b>Напиток клюквенный</b> <i>Клюква для напитка, Сахарный песок</i>	Калорийность-97, Углеводы-20, ВитаминС-2	<b>10,00</b>
40	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	<b>1,97</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-556, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-77, ВитаминА-21, ВитаминС-22, ВитаминРР-2, Магний-76, Фосфор-318, Железо-5	<b>65,42</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 197, Белки-46, Жиры-44, Углеводы-150, ВитаминА-56, ВитаминВ1-1, ВитаминС-22, ВитаминРР-3, Магний-132, Фосфор-539, Железо-9	<b>130,05</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>			
93	<b>Биточек мясной</b> <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-243, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-15, Магний-22, Фосфор-70, Железо-2	<b>46,45</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>6,75</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>1,87</b>
31	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-95, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминА-31, Магний-8, Фосфор-97	<b>9,93</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-642, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-73, ВитаминА-31, ВитаминВ1-1, Магний-56, Фосфор-211, Железо-4	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-642, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-73, ВитаминА-31, ВитаминВ1-1, Магний-56, Фосфор-211, Железо-4	<b>65,00</b>

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М

## МЕНЮ: Соцнач, 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>Биточек мясной</b> <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	<b>44,90</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>6,75</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>1,87</b>
36	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-110, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминаА-35, Магний-10, Фосфор-112	<b>11,52</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-649, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-74, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1, Магний-56, Фосфор-225, Железо-4	<b>65,04</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-649, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-74, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1, Магний-56, Фосфор-225, Железо-4	<b>65,04</b>

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М