

МЕНЮ: Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Выпечка</u>			
113	Пицца школьная в -2 ТТК <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	31,70
75	Пирожки с яблоками <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Яблоки для компота, пироги</i>	Калорийность-189, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-42	10,20
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	13,40
60	Пирожки с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	9,60
75	Пирожки с вишней <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, вишня для напитков и пирогов</i>	Калорийность-262, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-53	9,50
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-2 293, Белки-112, Жиры-108, Углеводы-224, Железо-1	78,40
<u>Обед</u>			
250	Суп картофельный с яйцом <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	23,90
150	Рагу овощное с мясом птицы <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Томатная паста, Масло растительное, Соль, Мясо птицы, Мука пшеничная</i>	Калорийность-178, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-13, ВитаминА-18, ВитаминС-10, Магний-31, Фосфор-118, Железо-2	33,20
60	Биточек мясной <i>Мясо говядины, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-157, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-10, Магний-14, Фосфор-45, Железо-1	29,70
150	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	7,40
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	2,60
Итого за Обед		Калорийность-876, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-111, ВитаминА-18, ВитаминВ1-1, ВитаминС-19, ВитаминРР-2, Магний-110, Фосфор-388, Железо-8	98,80

Итого за Калорийность-3 169, Белки-146, Жиры-141, **177,20**
Углеводы-335, ВитаминА-18, ВитаминВ1-1,
ВитаминС-19, ВитаминРР-2, Магний-110,
Фосфор-388, Железо-9

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>			
90	Биточек 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	46,07
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	7,60
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,00
33	Кондитерское изделие	Калорийность-144, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	7,25
Итого за Завтрак		Калорийность-683, Белки-22, Жиры-30, Углеводы-80, ВитаминВ1-1, Магний-47, Фосфор-113, Железо-4	62,92
<u>Обед</u>			
10	Помидор свежий	Калорийность-2	2,11
200	Суп картофельный с яйцом <i>Морковь, Лук, Мясо говядины, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Лавровый лист, Картофель</i>	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-7, ВитаминРР-2, Магний-24, Фосфор-86, Железо-1	19,13
150	Рагу овощное с мясом птицы <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Томатная паста, Масло растительное, Лавровый лист, Соль, Мясо птицы, Мука пшеничная</i>	Калорийность-178, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-13, ВитаминА-18, ВитаминС-10, Магний-31, Фосфор-118, Железо-2	34,02
200	Компот из свежих плодов (витаминизированный) <i>Яблоки для компота, пироги, Сахарный песок</i>	Калорийность-114, Углеводы-28, ВитаминС-2, Железо-1	9,27
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,56
Итого за Обед		Калорийность-509, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-78, ВитаминА-18, ВитаминС-19, ВитаминРР-2, Магний-65, Фосфор-277, Железо-5	67,09
Итого за		Калорийность-1 192, Белки-40, Жиры-45, Углеводы-158, ВитаминА-18, ВитаминВ1-1, ВитаминС-19, ВитаминРР-2, Магний-112, Фосфор-390, Железо-9	130,01

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>			
90	Биточек 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	46,06
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	7,60
43	Кондитерское изделие	Калорийность-187, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-21	9,34
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,00
Итого за Завтрак		Калорийность-727, Белки-22, Жиры-32, Углеводы-85, ВитаминВ1-1, Магний-47, Фосфор-113, Железо-4	65,00
Итого за		Калорийность-727, Белки-22, Жиры-32, Углеводы-85, ВитаминВ1-1, Магний-47, Фосфор-113, Железо-4	65,00

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	Биточек 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	46,06
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	7,60
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,00
43	Кондитерское изделие	Калорийность-187, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-21	9,34
Итого за Завтрак		Калорийность-727, Белки-22, Жиры-32, Углеводы-85, ВитаминВ1-1, Магний-47, Фосфор-113, Железо-4	65,00
Итого за		Калорийность-727, Белки-22, Жиры-32, Углеводы-85, ВитаминВ1-1, Магний-47, Фосфор-113, 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>			
90	Биточек мясной <i>Мясо говядины, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-235, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-14, Магний-22, Фосфор-68, Железо-2	44,87
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	7,60
42	Кондитерское изделие	Калорийность-183, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-21	9,23
207	Чай с лимоном <i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	3,30
Итого за Завтрак		Калорийность-726, Белки-22, Жиры-32, Углеводы-84, ВитаминВ1-1, Магний-43, Фосфор-105, Железо-3	65,00
Итого за		Калорийность-726, Белки-22, Жиры-32, Углеводы-84, ВитаминВ1-1, Магний-43, Фосфор-105, Железо-3	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)
Обед			
200	Суп картофельный с яйцом	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-7, ВитаминРР-2, Магний-24, Фосфор-86, Железо-1	20,39
<i>Морковь, Лук, Мясо говядины, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Лавровый лист, Картофель</i>			
150	Рагу овощное с мясом птицы	Калорийность-178, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-13, ВитаминА-18, ВитаминС-10, Магний-31, Фосфор-118, Железо-2	34,04
<i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Томатная паста, Масло растительное, Лавровый лист, Соль, Мясо птицы, Мука пшеничная</i>			
180	Компот из свежих плодов (витаминизированный)	Калорийность-103, Углеводы-25, ВитаминС-2, Железо-1	8,34
<i>Яблоки для компота, пироги, Сахарный песок</i>			
35	Хлеб ржаной порция	Калорийность-81, Белки-2, Углеводы-17, Магний-9, Фосфор-63, Железо-1	2,24
Итого за Обед		Калорийность-483, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-72, ВитаминА-18, ВитаминС-19, ВитаминРР-2, Магний-64, Фосфор-268, Железо-5	65,01
Итого за		Калорийность-483, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-72, ВитаминА-18, ВитаминС-19, ВитаминРР-2, Магний-64, Фосфор-268, Железо-5	65,01

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М