

## **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>			
75	<b>Ватрушка с повидло</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Повидло разное</i>	Калорийность-230, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-51	<b>7,80</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>
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>33,60</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>
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>
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>4,00</b>
<b>Итого за Выпечка</b>		Калорийность-2 335, Белки-113, Жиры-109, Углеводы-233, Железо-1	<b>76,90</b>
<b><u>Обед</u></b>			
265	<b>Суп картофельный с рыбой</b> <i>Картофель, Морковь, Лук, Соль, Масло сливочное, Минтай</i>	Калорийность-133, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-21, ВитаминС-12, ВитаминРР-3, Магний-37, Фосфор-114, Железо-1	<b>21,20</b>
60	<b>Котлеты рубленые из птицы</b> <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-178, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминВ1-1, ВитаминС-14, Магний-14, Фосфор-58, Железо-1	<b>27,70</b>
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-143, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21	<b>17,30</b>
150	<b>Рис отварной</b> <i>Рис, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39, ВитаминС-13, Магний-26, Фосфор-78, Железо-1	<b>13,70</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>2,00</b>
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-834, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-126, ВитаминВ1-1, ВитаминС-39, ВитаминРР-3, Магний-90, Фосфор-330, Железо-5	<b>84,10</b>

---

**Итого за** Калорийность-3 168, Белки-135, Жиры-134, **161,00**  
Углеводы-359, ВитаминВ1-1, ВитаминС-39,  
ВитаминРР-3, Магний-90, Фосфор-330,  
Железо-6

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, Панчурочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-267, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-16, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	<b>41,58</b>
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-143, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21	<b>17,25</b>
200	<b>Чай без сахара</b>	Магний-2, Фосфор-1	<b>0,69</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-410, Белки-15, Жиры-21, Углеводы-37, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-22, Фосфор-88, Железо-2	<b>59,52</b>
<b><u>Обед</u></b>			
230	<b>Суп картофельный с рыбой</b> <i>Картофель, Морковь, Лук, Соль, Масло сливочное, Минтай, Лавровый лист</i>	Калорийность-115, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18, ВитаминС-10, ВитаминРР-2, Магний-32, Фосфор-99, Железо-1	<b>18,59</b>
90	<b>Печень, тушеная в белом соусе</b> <i>Печень, Масло растительное, Соль, Мука пшеничная, Масло сливочное, Лук</i>	Калорийность-155, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-5	<b>34,01</b>
150	<b>Рис отварной</b> <i>Рис, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39, ВитаминС-13, Магний-26, Фосфор-78, Железо-1	<b>13,71</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>2,01</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-650, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-97, ВитаминС-23, ВитаминРР-3, Магний-71, Фосфор-257, Железо-4	<b>70,49</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 061, Белки-38, Жиры-40, Углеводы-134, ВитаминВ1-1, ВитаминС-44, ВитаминРР-3, Магний-94, Фосфор-345, Железо-5	<b>130,01</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, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-267, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-16, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	<b>42,39</b>
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-143, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21	<b>18,22</b>
207	<b>Чай с лимоном</b> <i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	<b>3,31</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-519, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-62, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-26, Фосфор-123, Железо-2	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-519, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-62, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-26, Фосфор-123, Железо-2	<b>65,00</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, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-267, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-16, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	<b>42,40</b>
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-143, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21	<b>18,21</b>
207	<b>Чай с лимоном</b> <i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	<b>3,31</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-519, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-62, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-26, Фосфор-123, Железо-2	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-519, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-62, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-26, Фосфор-123, Железо-2	<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)
<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>43,33</b>
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-143, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21	<b>17,30</b>
207	<b>Чай с лимоном</b> <i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	<b>3,31</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-519, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-62, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-26, Фосфор-123, Железо-2	<b>65,02</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-519, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-62, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-26, Фосфор-123, Железо-2	<b>65,02</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 рыбой</b> <i>Картофель, Морковь, Лук, Соль, Масло сливочное, Минтай</i>	Калорийность-100, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-9, ВитаминРР-2, Магний-28, Фосфор-86, Железо-1	<b>15,98</b>
90	<b>Печень, тушеная в белом соусе</b> <i>Печень, Масло растительное, Соль, Мука пшеничная, Масло сливочное, Лук</i>	Калорийность-155, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-5	<b>32,46</b>
150	<b>Рис отварной</b> <i>Рис, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39, ВитаминС-13, Магний-26, Фосфор-78, Железо-1	<b>13,71</b>
200	<b>Чай без сахара</b>	Магний-2, Фосфор-1	<b>0,69</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-576, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-79, ВитаминС-22, ВитаминРР-2, Магний-65, Фосфор-237, Железо-3	<b>65,01</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-576, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-79, ВитаминС-22, ВитаминРР-2, Магний-65, Фосфор-237, Железо-3	<b>65,01</b>

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М