

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 цыпленка бройлера 40, Сыр Голландский, Огурцы соленые, Сметана</i>	Калорийность-299, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-28, Железо-1	28,30
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	9,70
75	Пирожки с капустой <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Капуста</i>	Калорийность-527, Белки-33, Жиры-30, Углеводы-30	11,30
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	10,90
60	Пирожки с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	11,40
50	Булочка Домашняя <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	5,00
Итого за Выпечка		Калорийность-2 600, Белки-140, Жиры-136, Углеводы-210, Железо-1	76,60
<u>Обед</u>			
250	Суп картофельный с с бобовымис мясом (горохом луценым) <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, мясо птицы 40, Соль</i>	Калорийность-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-6, Магний-36, Фосфор-88, Железо-3	18,60
90	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	34,20
150	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	9,60
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,70
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,40
Итого за Обед		Калорийность-807, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-107, ВитаминВ1-2, ВитаминС-27, Магний-91, Фосфор-292, Железо-7	67,50
Итого за		Калорийность-3 406, Белки-171, Жиры-164, Углеводы-317, ВитаминВ1-2, ВитаминС-27, Магний-91, Фосфор-292, Железо-9	144,10

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)
Завтрак			
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	16,36
200	Какао с молоком витаминизированный <i>Молоко цельное, Сахарный песок, какао Витошка</i>	Калорийность-190, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33, ВитаминС-21, Железо-1	18,01
35	Бутерброд горячие с сыром <i>Сыр "Российский", Масло сливочное, Хлеб Пшеничный</i>	Калорийность-103, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-11, ВитаминА-21, Магний-10, Фосфор-85	10,78
Итого за Завтрак		Калорийность-457, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-83, ВитаминА-74, ВитаминС-22, Магний-37, Фосфор-211, Железо-1	45,15
Обед			
50	Салат из свежих помидор и огурцов <i>Помидоры свежие, Огурцы свежие, Лук, Масло растительное, Соль</i>	Калорийность-37, Жиры-3, Углеводы-2, ВитаминС-8, Магний-8, Фосфор-17	12,88
250	Суп картофельный с бобовыми с мясом (горохом луценым) <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, мясо птицы 40, Соль</i>	Калорийность-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-6, Магний-36, Фосфор-88, Железо-3	18,34
96	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-259, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-16, ВитаминВ1-1, ВитаминС-22, Магний-22, Фосфор-92, Железо-1	36,64
180	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-293, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-41, ВитаминВ1-1, Магний-25, Фосфор-45, Железо-1	11,47
187	Чай с лимоном <i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>	Калорийность-56, Углеводы-14	3,52
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,14
Итого за Обед		Калорийность-905, Белки-33, Жиры-34, Углеводы-115, ВитаминВ1-2, ВитаминС-36, Магний-101, Фосфор-315, Железо-7	84,99
Итого за		Калорийность-1 362, Белки-51, Жиры-56, Углеводы-198, ВитаминА-74, ВитаминВ1-2, ВитаминС-59, Магний-139, Фосфор-526, Железо-8	130,14

МЕНЮ: Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
58	Салат из свежих огурцов <i>Огурцы свежие, Масло растительное, Соль</i>	Калорийность-39, Жиры-3, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8, Фосфор-23	10,37
100	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-270, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-17, ВитаминВ1-1, ВитаминС-23, Магний-23, Фосфор-96, Железо-2	37,96
165	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-269, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-38, ВитаминВ1-1, Магний-23, Фосфор-41, Железо-1	10,50
207	Чай с лимоном <i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>	Калорийность-62, Углеводы-15	4,00
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-6, Фосфор-17	1,60
Итого за Завтрак		Калорийность-692, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-81, ВитаминВ1-2, ВитаминС-26, Магний-60, Фосфор-178, Железо-3	64,43
Итого за		Калорийность-692, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-81, ВитаминВ1-2, ВитаминС-26, Магний-60, Фосфор-178, Железо-3	64,43

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>			
60	Горошек зеленый (консервы)	Калорийность-24, Белки-2, Углеводы-4	13,29
100	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное,</i>	Калорийность-270, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-17, ВитаминВ1-1, ВитаминС-23, Магний-23, Фосфор-96, Железо-2	38,26
150	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	9,56
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,70
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-6, Фосфор-17	1,60
Итого за Завтрак		Калорийность-651, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-80, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-54, Фосфор-159, Железо-4	65,41
Итого за		Калорийность-651, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-80, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-54, Фосфор-159, Железо-4	65,41

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>			
205	Каша рисовая вязкая на сгущ молоке <i>Рис , Масло сливочное, Соль, молоко сгущеное</i>	Калорийность-291, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-52	19,03
200	Какао с молоком витаминизированный <i>Молоко цельное, Сахарный песок, какао Витошка</i>	Калорийность-190, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33, ВитаминС-21, Железо-1	18,01
70	Бутерброд горячие с сыром <i>Сыр "Российский", Масло сливочное, Хлеб Пшеничный</i>	Калорийность-206, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-22, ВитаминА-42, Магний-20, Фосфор-171	23,31
20	Кондитерское изделие	Калорийность-87, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-10	4,66
Итого за Завтрак		Калорийность-774, Белки-28, Жиры-33, Углеводы-116, ВитаминА-42, ВитаминС-21, Магний-20, Фосфор-171, Железо-1	65,01
Итого за		Калорийность-774, Белки-28, Жиры-33, Углеводы-116, ВитаминА-42, ВитаминС-21, Магний-20, Фосфор-171, Железо-1	65,01

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>			
220	Суп картофельный с бобовыми и мясом (горохом луценым)	Калорийность-147, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20, ВитаминС-5, Магний-31, Фосфор-78, Железо-2	16,04
<i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Соль, филе цыпленка бройлера 40</i>			
90	Котлета из мяса птицы	Калорийность-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	35,88
<i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>			
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	9,56
<i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>			
200	Напиток Витошка	Калорийность-331, Углеводы-19, ВитаминаА-120, ВитаминС-20	2,84
Итого за Обед		Калорийность-965, Белки-27, Жиры-27, Углеводы-88, ВитаминаА-120, ВитаминВ1-2, ВитаминС-46, Магний-73, Фосфор-201, Железо-5	64,32
Итого за		Калорийность-965, Белки-27, Жиры-27, Углеводы-88, ВитаминаА-120, ВитаминВ1-2, ВитаминС-46, Магний-73, Фосфор-201, Железо-5	64,32

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М