

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	6,60
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	30,10
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	10,50
60	Пирожки с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	8,20
75	Ватрушка с творогом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Творог</i>	Калорийность-210, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-34	11,20
50	Булочка Домашняя <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	3,50
Итого за Выпечка		Калорийность-2 579, Белки-145, Жиры-139, Углеводы-193, Железо-1	70,10
<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	21,70
175	Рагу овощное с мясом птицы <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	37,30
60	Биточек мясной <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-157, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-10, Магний-14, Фосфор-45, Железо-1	27,70
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	7,30
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,90
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,00
Итого за Обед		Калорийность-913, Белки-36, Жиры-35, Углеводы-114, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1, ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-116, Фосфор-409, Железо-8	97,90

Итого за Калорийность-3 493, Белки-180, Жиры-173, **168,00**
Углеводы-308, ВитаминА-21, ВитаминВ1-1,
ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-116,
Фосфор-409, 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	41,54
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	7,34
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,88
35	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-107, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминА-35, Магний-9, Фосфор-109	11,78
Итого за Завтрак		Калорийность-646, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-74, ВитаминА-35, ВитаминВ1-1, Магний-56, Фосфор-222, Железо-4	62,54
<u>Обед</u>			
20	Помидор свежий	Калорийность-5, Углеводы-1	4,22
220	Суп картофельный с яйцом <i>Морковь, Лук, Мясо говядины, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Лавровый лист, Картофель</i>	Калорийность-134, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-18, ВитаминС-8, ВитаминРР-2, Магний-26, Фосфор-95, Железо-2	19,15
151	Рагу овощное с мясом птицы <i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Томатная паста, Масло растительное, Лавровый лист, Соль, Мясо птицы, Мука пшеничная</i>	Калорийность-179, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-13, ВитаминА-18, ВитаминС-10, Магний-31, Фосфор-119, Железо-2	32,31
180	Напиток клюквенный <i>Клюква для напитка, Сахарный песок</i>	Калорийность-92, Углеводы-19, ВитаминС-2	9,82
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	1,97
Итого за Обед		Калорийность-502, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-71, ВитаминА-18, ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-67, Фосфор-286, Железо-4	67,47
Итого за		Калорийность-1 148, Белки-44, Жиры-42, Углеводы-145, ВитаминА-53, ВитаминВ1-1, ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-124, Фосфор-508, 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	41,54
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	7,34
42	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-128, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминаА-41, Магний-11, Фосфор-131	14,25
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,88
Итого за Завтрак		Калорийность-668, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-76, ВитаминаА-41, ВитаминВ1-1, Магний-58, Фосфор-244, Железо-4	65,01
Итого за		Калорийность-668, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-76, ВитаминаА-41, ВитаминВ1-1, Магний-58, Фосфор-244, Железо-4	65,01

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	41,54
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	7,34
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,88
42	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-128, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминаА-41, Магний-11, Фосфор-131	14,24
Итого за Завтрак		Калорийность-668, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-76, ВитаминаА-41, ВитаминВ1-1, Магний-58, Фосфор-244, Железо-4	65,00
Итого за		Калорийность-668, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-76, ВитаминаА-41, ВитаминВ1-1, Магний-58, Фосфор-244, 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, 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	41,55
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	7,34
42	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-128, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминаА-41, Магний-11, Фосфор-131	14,22
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,88
Итого за Завтрак		Калорийность-668, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-76, ВитаминаА-41, ВитаминВ1-1, Магний-58, Фосфор-244, Железо-4	64,99
Итого за		Калорийность-668, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-76, ВитаминаА-41, ВитаминВ1-1, Магний-58, Фосфор-244, Железо-4	64,99

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			
220	Суп картофельный с яйцом	Калорийность-134, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-18, ВитаминС-8, ВитаминРР-2, Магний-26, Фосфор-95, Железо-2	19,13
<i>Морковь, Лук, Мясо говядины, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Картофель</i>			
152	Рагу овощное с мясо птицы	Калорийность-181, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-13, ВитаминаА-18, ВитаминС-10, Магний-31, Фосфор-120, Железо-2	32,38
<i>Картофель, Морковь, Лук, Капуста, Томатная паста, Масло растительное, Соль, Мясо птицы, Мука пшеничная</i>			
200	Напиток клюквеный	Калорийность-102, Углеводы-21, ВитаминС-2	11,03
<i>Клюква для напитка, Сахарный песок</i>			
50	Хлеб ржаной порция	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-25, ВитаминРР-1, Магний-13, Фосфор-91, Железо-2	2,46
Итого за Обед		Калорийность-532, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-77, ВитаминаА-19, ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-70, Фосфор-305, Железо-5	65,00
Итого за		Калорийность-532, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-77, ВитаминаА-19, ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-70, Фосфор-305, Железо-5	65,00

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М