

МЕНЮ: Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Выпечка</u>			
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	10,20
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	7,00
75	Пирожки с вишней <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, вишня для напитка и пирогов</i>	Калорийность-262, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-53	8,90
60	Пирожки с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	8,20
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	30,50
75	Пирожки с капустой <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Капуста</i>	Калорийность-527, Белки-33, Жиры-30, Углеводы-30	6,30
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-2 862, Белки-146, Жиры-139, Углеводы-263, Железо-1	74,60
<u>Обед</u>			
255	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной <i>Свекла красная, Капуста, Картофель, Морковь, Лук, Томатная паста, Сахарный песок, Соль, Масло растительное, Сметана, Лимонная кислота, Филе ЦБ без кожи, Чеснок</i>	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13, ВитаминаА-10, ВитаминС-11, ВитаминРР-2, Магний-27, Фосфор-61, Железо-1	22,00
90	Тефтели (1 вариант) соус томатный с овощами <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Лук, Соль, Масло растительное, Мука пшеничная, Масло сливочное, Морковь, Томатная паста</i>	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-11, ВитаминаА-36, ВитаминС-1, ВитаминРР-1, Магний-20, Фосфор-98, Железо-1	29,60
150	Рис отварной <i>Рис, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39, ВитаминС-13, Магний-26, Фосфор-78, Железо-1	10,30
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-659, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-98, ВитаминаА-46, ВитаминС-24, ВитаминРР-3, Магний-86, Фосфор-317, Железо-5	65,80

Итого за Калорийность-3 521, Белки-163, Жиры-161, **140,40**
Углеводы-361, ВитаминА-46, ВитаминС-24,
ВитаминРР-3, Магний-86, Фосфор-317,
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)
Завтрак			
200	Каша молочная "Дружба" "жидкая" <i>Крупа пшеничная, Рис, Молоко цельное, Сахарный песок, Соль, Масло сливочное</i>	Калорийность-273, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-40, Витамина-4, ВитаминС-1, Магний-34, Фосфор-143, Железо-1	12,71
180	Какао с молоком <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21, ВитаминС-2, Железо-1	13,93
180	Банан	Калорийность-173, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-38	20,29
30	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-92, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-9, Витамина-30, Магний-8, Фосфор-93	9,60
Итого за Завтрак		Калорийность-679, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-107, Витамина-34, ВитаминС-3, Магний-42, Фосфор-236, Железо-2	56,53
Обед			
16	Горошек зеленый (консервы)	Калорийность-6, Углеводы-1	1,40
255	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной <i>Свекла красная, Капуста, Картофель, Морковь, Лук, Томатная паста, Сахарный песок, Соль, Масло сливочное, Сметана, Лимонная кислота, Филе ЦБ без кожи, Чеснок</i>	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13, Витамина-10, ВитаминС-11, ВитаминРР-2, Магний-27, Фосфор-61, Железо-1	24,37
90	Тефтели (1 вариант) соус томатный с овощами <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Лук, Соль, Масло растительное, Мука пшеничная, Масло сливочное, Морковь, Томатная паста</i>	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-11, Витамина-36, ВитаминС-1, ВитаминРР-1, Магний-20, Фосфор-98, Железо-1	29,58
150	Рис отварной <i>Рис, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39, ВитаминС-13, Магний-26, Фосфор-78, Железо-1	10,34
200	Сок <i>сок пачка, сок</i>	Калорийность-80, Углеводы-20	5,80
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	1,97
Итого за Обед		Калорийность-686, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-104, Витамина-46, ВитаминС-24, ВитаминРР-3, Магний-82, Фосфор-309, Железо-4	73,46
Итого за		Калорийность-1 365, Белки-35, Жиры-41, Углеводы-211, Витамина-79, ВитаминС-27, ВитаминРР-4, Магний-124, Фосфор-545, Железо-6	129,99

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>			
23	Горошек зеленый (консервы)	Калорийность-9, Белки-1, Углеводы-1	1,97
110	Тефтели (1 вариант) соус томатный с овощами <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Лук, Соль, Масло растительное, Мука пшеничная, Масло сливочное, Морковь, Томатная паста</i>	Калорийность-192, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-13, ВитаминА-44, ВитаминС-1, ВитаминРР-1, Магний-24, Фосфор-120, Железо-1	36,17
150	Рис отварной <i>Рис, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39, ВитаминС-13, Магний-26, Фосфор-78, Железо-1	10,34
200	Компот из черной смородины С/м <i>смородина черная для компота, Сахарный песок</i>	Калорийность-138, Углеводы-33, ВитаминС-16, Магний-7, Фосфор-21, Железо-1	15,53
20	Хлеб ржаной порция	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	0,99
Итого за Завтрак		Калорийность-613, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-96, ВитаминА-44, ВитаминС-30, ВитаминРР-1, Магний-62, Фосфор-255, Железо-3	65,00
Итого за		Калорийность-613, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-96, ВитаминА-44, ВитаминС-30, ВитаминРР-1, Магний-62, Фосфор-255, Железо-3	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>			
23	Горошек зеленый (консервы)	Калорийность-9, Белки-1, Углеводы-1	1,98
110	Тефтели (1 вариант) соус томатный с овощами <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Лук, Соль, Масло растительное, Мука пшеничная, Масло сливочное, Морковь, Томатная паста, Сахарный песок</i>	Калорийность-192, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-13, ВитаминА-44, ВитаминС-1, ВитаминРР-1, Магний-24, Фосфор-120, Железо-1	36,16
150	Рис отварной <i>Рис, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39, ВитаминС-13, Магний-26, Фосфор-78, Железо-1	10,34
200	Компот из черной смородины С/м <i>смородина черная для компота, Сахарный песок</i>	Калорийность-138, Углеводы-33, ВитаминС-16, Магний-7, Фосфор-21, Железо-1	15,53
20	Хлеб ржаной порция	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10, Магний-5, Фосфор-36, Железо-1	0,99
Итого за Завтрак		Калорийность-613, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-96, ВитаминА-44, ВитаминС-30, ВитаминРР-1, Магний-62, Фосфор-255, Железо-3	65,00
Итого за		Калорийность-613, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-96, ВитаминА-44, ВитаминС-30, ВитаминРР-1, Магний-62, Фосфор-255, Железо-3	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)
Завтрак			
200	Каша молочная "Дружба" "жидкая" <i>Крупа пшеничная, Рис, Молоко цельное, Сахарный песок, Соль, Масло сливочное</i>	Калорийность-273, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-40, ВитаминА-4, ВитаминС-1, Магний-34, Фосфор-143, Железо-1	12,71
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-2, Железо-1	15,48
44	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр "Российский"</i>	Калорийность-135, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминА-43, ВитаминРР-1, Магний-12, Фосфор-137, Железо-1	14,10
200	Банан	Калорийность-192, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-42	22,71
Итого за Завтрак		Калорийность-757, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-118, ВитаминА-47, ВитаминС-3, ВитаминРР-1, Магний-46, Фосфор-280, Железо-2	65,00
Итого за		Калорийность-757, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-118, ВитаминА-47, ВитаминС-3, ВитаминРР-1, Магний-46, Фосфор-280, Железо-2	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			
255	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной <i>Свекла красная, Капуста, Картофель, Морковь, Лук, Томатная паста, Сахарный песок, Соль, Масло растительное, Сметана, Лимонная кислота, Филе ЦБ без кожи, Чеснок</i>	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13, ВитаминаА-10, ВитаминС-11, ВитаминРР-2, Магний-27, Фосфор-61, Железо-1	22,32
90	Тефтели (1 вариант) соус томатный с овощами <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Лук, Соль, Масло растительное, Мука пшеничная, Масло сливочное, Морковь, Томатная паста, Сахарный песок</i>	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-11, ВитаминаА-36, ВитаминС-1, ВитаминРР-1, Магний-20, Фосфор-98, Железо-1	29,73
150	Рис отварной <i>Рис, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39, ВитаминС-13, Магний-26, Фосфор-78, Железо-1	10,34
200	Чай без сахара	Магний-2, Фосфор-1	0,65
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	1,97
Итого за Обед		Калорийность-600, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-83, ВитаминаА-46, ВитаминС-24, ВитаминРР-3, Магний-84, Фосфор-310, Железо-4	65,01
Итого за		Калорийность-600, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-83, ВитаминаА-46, ВитаминС-24, ВитаминРР-3, Магний-84, Фосфор-310, Железо-4	65,01

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М