

МЕНЮ: Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Выпечка</u>			
60	Пирожки с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	9,30
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	7,40
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	9,40
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</i>	Калорийность-299, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-28, Железо-1	28,70
50	Булочка Домашняя <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	3,90
Итого за Выпечка		Калорийность-2 124, Белки-108, Жиры-107, Углеводы-185, Железо-1	58,70
<u>Обед</u>			
20	Помидор свежий	Калорийность-5, Углеводы-1	4,20
260	Суп картофельный с с бобовымис мясом (горохом лущеным) <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Мясо птицы, Соль</i>	Калорийность-202, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-22, ВитаминС-6, Магний-36, Фосфор-88, Железо-3	18,70
60	Котлета натуральная из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Яйцо, Масло растительное, Масло сливочное</i>	Калорийность-188, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-7, Магний-14, Фосфор-111, Железо-1	38,10
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	7,50
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,00
Итого за Обед		Калорийность-700, Белки-26, Жиры-29, Углеводы-79, ВитаминВ1-1, ВитаминС-6, Магний-74, Фосфор-245, Железо-6	70,50
Итого за		Калорийность-2 823, Белки-134, Жиры-136, Углеводы-264, ВитаминВ1-1, ВитаминС-6, Магний-74, Фосфор-245, Железо-7	129,20

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	Котлета натуральная из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Панировочные сухари, Яйцо, Масло растительное</i>	Калорийность-282, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-21, Фосфор-167, Железо-2	51,52
150	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	7,28
180	Чай без сахара	Магний-1, Фосфор-1	0,59
Итого за Завтрак		Калорийность-519, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-43, ВитаминС-1, Магний-43, Фосфор-204, Железо-3	59,39
<u>Обед</u>			
200	Суп картофельный с с бобовымис мясом (горохом луценым) <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Мясо птицы, Соль</i>	Калорийность-155, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-17, ВитаминС-4, Магний-27, Фосфор-68, Железо-2	11,04
90	Гуляш из говядины <i>Мясо говядины, Масло растительное, Морковь, Лук, Томатная паста, Мука пшеничная, Соль</i>	Калорийность-196, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-2, ВитаминС-1, Железо-2	45,78
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43, ВитаминРР-1, Магний-136, Фосфор-204, Железо-5	13,23
180	Чай без сахара	Магний-1, Фосфор-1	0,59
Итого за Обед		Калорийность-631, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-62, ВитаминС-5, ВитаминРР-1, Магний-165, Фосфор-272, Железо-9	70,64
Итого за		Калорийность-1 150, Белки-51, Жиры-55, Углеводы-105, ВитаминВ1-1, ВитаминС-6, ВитаминРР-1, Магний-207, Фосфор-477, Железо-12	130,03

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	Котлета натуральная из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Яйцо, Масло растительное, Масло сливочное</i>	Калорийность-282, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-21, Фосфор-167, Железо-2	55,82
150	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	7,23
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,96
Итого за Завтрак		Калорийность-579, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-58, ВитаминС-1, Магний-45, Фосфор-211, Железо-4	65,01
Итого за		Калорийность-579, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-58, ВитаминС-1, Магний-45, Фосфор-211, 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	Котлета натуральная из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Яйцо, Масло растительное</i>	Калорийность-282, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-21, Фосфор-167, Железо-2	50,96
150	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	7,22
180	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14, Магний-4, Фосфор-7, Железо-1	1,76
24	Помидор свежий	Калорийность-6, Углеводы-1	5,06
Итого за Завтрак		Калорийность-579, Белки-22, Жиры-27, Углеводы-57, ВитаминС-1, Магний-45, Фосфор-210, Железо-4	65,00
Итого за		Калорийность-579, Белки-22, Жиры-27, Углеводы-57, ВитаминС-1, Магний-45, Фосфор-210, 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	Котлета натуральная из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-282, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-21, Фосфор-167, Железо-2	49,30
150	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	7,22
180	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14, Магний-4, Фосфор-7, Железо-1	1,72
32	Огурец	Калорийность-4, Углеводы-1	6,76
Итого за Завтрак		Калорийность-577, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-57, ВитаминС-1, Магний-45, Фосфор-210, Железо-4	65,00
Итого за		Калорийность-577, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-57, ВитаминС-1, Магний-45, Фосфор-210, Железо-4	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 бобовыми и мясом (горохом лученым) <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Соль</i>	Калорийность-155, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-17, ВитаминС-4, Магний-27, Фосфор-68, Железо-2	5,77
90	Гуляш из говядины <i>Мясо говядины, Масло растительное, Морковь, Лук, Томатная паста, Мука пшеничная, Соль</i>	Калорийность-196, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-2, ВитаминС-1, Железо-2	45,42
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43, ВитаминРР-1, Магний-136, Фосфор-204, Железо-5	13,23
180	Чай без сахара	Магний-1, Фосфор-1	0,58
Итого за Обед		Калорийность-631, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-62, ВитаминС-5, ВитаминРР-1, Магний-165, Фосфор-272, Железо-9	65,00
Итого за		Калорийность-631, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-62, ВитаминС-5, ВитаминРР-1, Магний-165, Фосфор-272, Железо-9	65,00

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М