

## 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>			
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>9,30</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>7,40</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>9,40</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</i>	Калорийность-299, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-28, Железо-1	<b>28,70</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>3,90</b>
<b>Итого за Выпечка</b>		Калорийность-2 124, Белки-108, Жиры-107, Углеводы-185, Железо-1	<b>58,70</b>
<b><u>Обед</u></b>			
20	<b>Помидор свежий</b>	Калорийность-5, Углеводы-1	<b>4,20</b>
260	<b>Суп картофельный с с бобовымис мясом (горохом лущеным)</b> <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	<b>18,70</b>
60	<b>Котлета натуральная из птицы</b> <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	<b>38,10</b>
155	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	<b>7,50</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>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-700, Белки-26, Жиры-29, Углеводы-79, ВитаминВ1-1, ВитаминС-6, Магний-74, Фосфор-245, Железо-6	<b>70,50</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-2 823, Белки-134, Жиры-136, Углеводы-264, ВитаминВ1-1, ВитаминС-6, Магний-74, Фосфор-245, Железо-7	<b>129,20</b>

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>Котлета натуральная из птицы</b> <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	<b>51,52</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	<b>7,28</b>
180	<b>Чай без сахара</b>	Магний-1, Фосфор-1	<b>0,59</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-519, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-43, ВитаминС-1, Магний-43, Фосфор-204, Железо-3	<b>59,39</b>
<b><u>Обед</u></b>			
200	<b>Суп картофельный с с бобовымис мясом (горохом лущеным)</b> <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	<b>11,04</b>
90	<b>Гуляш из говядины</b> <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	<b>45,78</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>Крупа гречневая, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43, ВитаминРР-1, Магний-136, Фосфор-204, Железо-5	<b>13,23</b>
180	<b>Чай без сахара</b>	Магний-1, Фосфор-1	<b>0,59</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-631, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-62, ВитаминС-5, ВитаминРР-1, Магний-165, Фосфор-272, Железо-9	<b>70,64</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 150, Белки-51, Жиры-55, Углеводы-105, ВитаминВ1-1, ВитаминС-6, ВитаминРР-1, Магний-207, Фосфор-477, Железо-12	<b>130,03</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>Котлета натуральная из птицы</b> <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	<b>55,82</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	<b>7,23</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>1,96</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-579, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-58, ВитаминС-1, Магний-45, Фосфор-211, Железо-4	<b>65,01</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-579, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-58, ВитаминС-1, Магний-45, Фосфор-211, Железо-4	<b>65,01</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>Котлета натуральная из птицы</b> <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	<b>50,96</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	<b>7,22</b>
180	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14, Магний-4, Фосфор-7, Железо-1	<b>1,76</b>
24	<b>Помидор свежий</b>	Калорийность-6, Углеводы-1	<b>5,06</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-579, Белки-22, Жиры-27, Углеводы-57, ВитаминС-1, Магний-45, Фосфор-210, Железо-4	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-579, Белки-22, Жиры-27, Углеводы-57, ВитаминС-1, Магний-45, Фосфор-210, Железо-4	<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>Котлета натуральная из птицы</b> <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	<b>49,30</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	<b>7,22</b>
180	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14, Магний-4, Фосфор-7, Железо-1	<b>1,72</b>
32	<b>Огурец</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>6,76</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-577, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-57, ВитаминС-1, Магний-45, Фосфор-210, Железо-4	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-577, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-57, ВитаминС-1, Магний-45, Фосфор-210, Железо-4	<b>65,00</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 бобовыми и мясом (горохом лученым)</b> <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	<b>5,77</b>
90	<b>Гуляш из говядины</b> <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	<b>45,42</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>Крупа гречневая, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43, ВитаминРР-1, Магний-136, Фосфор-204, Железо-5	<b>13,23</b>
180	<b>Чай без сахара</b>	Магний-1, Фосфор-1	<b>0,58</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-631, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-62, ВитаминС-5, ВитаминРР-1, Магний-165, Фосфор-272, Железо-9	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-631, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-62, ВитаминС-5, ВитаминРР-1, Магний-165, Фосфор-272, Железо-9	<b>65,00</b>

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М