

## **МЕНЮ: Платники**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Обед</u></b>			
150	<b>Плов</b> <i>Мясо говядины, Рис</i>	Калорийность-322, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-24, ВитаминС-1, ВитаминРР-3, Магний-200, Фосфор-39, Железо-3 <i>, Лук, Морковь, Масло сливочное, Томатная паста, Соль</i>	<b>46,90</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-382, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-3, Магний-204, Фосфор-47, Железо-4	<b>48,90</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-382, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-3, Магний-204, Фосфор-47, Железо-4	<b>48,90</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>			
33	<b>Кондитерское изделие</b>	Калорийность-144, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	<b>7,25</b>
180	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-14, ВитаминА-18, ВитаминС-1, Магний-13, Фосфор-81	<b>9,89</b>
		<i>Кофейный напиток, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-234, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-31, ВитаминА-18, ВитаминС-1, Магний-13, Фосфор-81	<b>17,14</b>
<b><u>Обед</u></b>			
50	<b>Салат из свежих огурцов</b>	Калорийность-33, Жиры-3, Углеводы-1, ВитаминС-2, Магний-7, Фосфор-20	<b>13,61</b>
		<i>Огурцы свежие, Масло растительное, Соль</i>	
150	<b>Плов</b>	Калорийность-322, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-24, ВитаминС-1, ВитаминРР-3, Магний-200, Фосфор-39, Железо-3	<b>45,69</b>
		<i>Мясо говядины, Рис, Лук, Морковь, Масло сливочное, Томатная паста, Соль</i>	
180	<b>Компот из свежих плодов</b>	Калорийность-128, Углеводы-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-1, Магний-6, Фосфор-5, Железо-1	<b>9,46</b>
		<i>Груши, Сахарный песок</i>	
150	<b>Груша</b>	Калорийность-71, Белки-1, Углеводы-15	<b>29,15</b>
1	<b>Шоколад</b>		<b>14,95</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-553, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-86, ВитаминС-18, ВитаминРР-4, Магний-213, Фосфор-64, Железо-4	<b>112,86</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-788, Белки-23, Жиры-31, Углеводы-116, ВитаминА-18, ВитаминС-19, ВитаминРР-4, Магний-226, Фосфор-145, Железо-4	<b>130,00</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>			
150	<b>Плов</b> <i>Мясо говядины, Рис</i>	Калорийность-322, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-24, ВитаминС-1, ВитаминРР-3, Магний-200, Фосфор-39, Железо-3	<b>48,10</b>
1	<b>Шоколад</b>	<i>, Лук, Морковь, Масло сливочное, Томатная паста, Соль</i>	<b>14,95</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-382, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-3, Магний-204, Фосфор-47, Железо-4	<b>65,01</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-382, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-3, Магний-204, Фосфор-47, 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>			
150	<b>Плов</b> <i>Мясо говядины, Рис</i>	Калорийность-322, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-24, ВитаминС-1, ВитаминРР-3, Магний-200, Фосфор-39, Железо-3 <i>, Лук, Морковь, Масло сливочное, Томатная паста, Соль</i>	<b>47,44</b>
1	<b>Шоколад</b>		<b>14,95</b>
207	<b>Чай с лимоном</b> <i>Сахарный песок, Чай, Лимон</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	<b>2,61</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-385, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-40, ВитаминС-1, ВитаминРР-3, Магний-200, Фосфор-39, Железо-3	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-385, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-40, ВитаминС-1, ВитаминРР-3, Магний-200, Фосфор-39, Железо-3	<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>			
33	<b>Кондитерское изделие</b>	Калорийность-144, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	<b>7,26</b>
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>Кофейный напиток, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-101, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16, ВитаминаА-20, ВитаминС-1, Магний-14, Фосфор-90	<b>10,98</b>
150	<b>Груша</b>	Калорийность-71, Белки-1, Углеводы-15	<b>31,82</b>
1	<b>Шоколад</b>		<b>14,95</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-315, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-48, ВитаминаА-20, ВитаминС-1, Магний-14, Фосфор-90	<b>65,01</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-315, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-48, ВитаминаА-20, ВитаминС-1, Магний-14, Фосфор-90	<b>65,01</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><u>Обед</u></b>			
150	<b>Плов</b> <i>Мясо говядины, Рис</i>	Калорийность-322, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-24, ВитаминС-1, ВитаминРР-3, Магний-200, Фосфор-39, Железо-3 <i>, Лук, Морковь, Масло сливочное, Томатная паста, Соль</i>	<b>46,94</b>
200	<b>Компот из свежих плодов</b> <i>Груши, Сахарный песок</i>	Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-16, ВитаминРР-1, Магний-7, Фосфор-6, Железо-1	<b>10,81</b>
33	<b>Кондитерское изделие</b>	Калорийность-144, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	<b>7,25</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-608, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-90, ВитаминС-17, ВитаминРР-4, Магний-207, Фосфор-45, Железо-3	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-608, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-90, ВитаминС-17, ВитаминРР-4, Магний-207, Фосфор-45, Железо-3	<b>65,00</b>

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М