

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	10,40
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	8,00
75	Пирожки с яблоками <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Яблоки для компота ,пирого</i>	Калорийность-189, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-42	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	10,90
113	Пицца школьная в -2 ТТК <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Масло растительное, филе цыпленка бройлера 40, Сыр Голландский, Огурцы соленые, Сметана</i>	Калорийность-299, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-28, Железо-1	27,80
50	Булочка Домашняя <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	4,50
Итого за Выпечка		Калорийность-2 261, Белки-111, Жиры-107, Углеводы-222, Железо-1	70,50
<u>Обед</u>			
250	Суп картофельный с яйцом <i>Морковь, Лук, мясо свинины (беск), Яйцо, Соль, Масло сливочное, Картофель</i>	Калорийность-152, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-9, ВитаминРР-2, Магний-30, Фосфор-108, Железо-2	19,90
70	Биточки мясные 1 <i>мясо свинины (беск), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-260, Белки-8, Жиры-21, Углеводы-8, Магний-17, Фосфор-53, Железо-1	28,40
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	9,30
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,60
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,20
Итого за Обед		Калорийность-808, Белки-22, Жиры-37, Углеводы-98, ВитаминВ1-1, ВитаминС-9, ВитаминРР-2, Магний-82, Фосфор-278, Железо-7	62,40
Итого за		Калорийность-3 069, Белки-132, Жиры-144, Углеводы-319, ВитаминВ1-1, ВитаминС-9, ВитаминРР-2, Магний-82, Фосфор-278, Железо-8	132,90

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	Биточки мясные 1 <i>мясо свинины (бек), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-334, Белки-11, Жиры-27, Углеводы-11, Магний-22, Фосфор-68, Железо-2	36,56
150	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	9,01
180	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14, Магний-4, Фосфор-7, Железо-1	2,32
27	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр Голландский</i>	Калорийность-83, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-8, ВитаминА-27, Магний-7, Фосфор-84	10,53
Итого за Завтрак		Калорийность-707, Белки-20, Жиры-40, Углеводы-65, ВитаминА-27, ВитаминВ1-1, Магний-53, Фосфор-195, Железо-4	58,42
<u>Обед</u>			
200	Суп картофельный с яйцом <i>Морковь, Лук, мясо свинины (бек), Яйцо, Соль, Масло сливочное, Лавровый лист, Картофель</i>	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-7, ВитаминРР-2, Магний-24, Фосфор-86, Железо-1	16,02
90	Курица отварная <i>Соль, Лук, мясо птицы 40, Масло сливочное</i>	Калорийность-281, Белки-20, Жиры-22	38,31
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	13,06
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,57
30	Хлеб ржаной порция	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15, Магний-8, Фосфор-54, Железо-1	1,63
Итого за Обед		Калорийность-760, Белки-31, Жиры-33, Углеводы-86, ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-61, Фосфор-226, Железо-4	71,59
Итого за		Калорийность-1467, Белки-50, Жиры-73, Углеводы-151, ВитаминА-27, ВитаминВ1-1, ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-114, Фосфор-421, Железо-8	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>			
100	Биточки мясные 1 <i>мясо свинины (бек), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-371, Белки-12, Жиры-30, Углеводы-12, Магний-24, Фосфор-75, Железо-2	40,63
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	9,27
33	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр Голландский</i>	Калорийность-101, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминА-33, Магний-9, Фосфор-103	12,53
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,57
Итого за Завтрак		Калорийность-776, Белки-22, Жиры-44, Углеводы-71, ВитаминА-33, ВитаминВ1-1, Магний-58, Фосфор-223, Железо-4	65,00
Итого за		Калорийность-776, Белки-22, Жиры-44, Углеводы-71, ВитаминА-33, ВитаминВ1-1, Магний-58, Фосфор-223, Железо-4	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>			
100	Биточки мясные 1 <i>мясо свинины (бек), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-371, Белки-12, Жиры-30, Углеводы-12, Магний-24, Фосфор-75, Железо-2	39,86
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	9,26
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,57
35	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр Голландский</i>	Калорийность-107, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминаА-35, Магний-9, Фосфор-109	13,30
Итого за Завтрак		Калорийность-782, Белки-22, Жиры-45, Углеводы-72, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1, Магний-59, Фосфор-229, Железо-5	64,99
Итого за		Калорийность-782, Белки-22, Жиры-45, Углеводы-72, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1, Магний-59, Фосфор-229, Железо-5	64,99

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>			
98	Биточки мясные 1 <i>мясо свинины (бек), Хлеб Пшеничный, Чеснок, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-363, Белки-11, Жиры-30, Углеводы-12, Магний-24, Фосфор-74, Железо-2	39,86
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	9,26
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,57
35	Бутерброд с сыром <i>Хлеб Пшеничный, Масло сливочное, Сыр Голландский</i>	Калорийность-107, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминаА-35, Магний-9, Фосфор-109	13,30
Итого за Завтрак		Калорийность-775, Белки-22, Жиры-44, Углеводы-71, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1, Магний-58, Фосфор-228, Железо-4	64,99
Итого за		Калорийность-775, Белки-22, Жиры-44, Углеводы-71, ВитаминаА-35, ВитаминВ1-1, Магний-58, Фосфор-228, 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			
200	Суп картофельный с яйцом	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-7, ВитаминРР-2, Магний-24, Фосфор-86, Железо-1	19,67
	<i>Морковь, Лук, Мясо говядины, Яйцо, Соль, Масло сливочное, Картофель</i>		
90	Курица отварная	Калорийность-281, Белки-20, Жиры-22	35,25
	<i>Соль, Лук, мясо птицы 40, Масло сливочное</i>		
150	Рис отварной	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39, ВитаминС-13, Магний-26, Фосфор-78, Железо-1	7,76
	<i>Рис, Масло сливочное, Соль</i>		
200	Чай без сахара	Магний-2, Фосфор-1	0,69
30	Хлеб ржаной порция	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15, Магний-8, Фосфор-54, Железо-1	1,63
	Итого за Обед	Калорийность-700, Белки-30, Жиры-33, Углеводы-71, ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-59, Фосфор-219, Железо-3	65,00
	Итого за	Калорийность-700, Белки-30, Жиры-33, Углеводы-71, ВитаминС-20, ВитаминРР-2, Магний-59, Фосфор-219, Железо-3	65,00

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М