

## 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>11,60</b>
75	<b>Пирожок со сгущенным молоком</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, молоко сгущенное</i>	Калорийность-211, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48	<b>10,70</b>
75	<b>Ватрушка с творогом</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Творог</i>	Калорийность-210, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-34	<b>10,80</b>
113	<b>Пицца школьная в -2 ТТК</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Масло растительное, филе цыпленка бройлера 40, Сыр Голландский, Огурцы соленые</i>	Калорийность-299, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-28, Железо-1	<b>26,10</b>
75	<b>Пирожки с яблоками</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Яблоки для компота, пироги</i>	Калорийность-189, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-42	<b>9,20</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>5,00</b>
<b>Итого за Выпечка</b>		Калорийность-2 241, Белки-115, Жиры-110, Углеводы-205, Железо-1	<b>73,40</b>
<b><u>Обед</u></b>			
260	<b>Суп картофельный с чечевицей и мясом (горохом луценым)</b> <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, мясо свинины (бек), Соль</i>	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23, ВитаминС-6, Магний-37, Фосфор-92, Железо-3	<b>14,60</b>
60	<b>Котлета из мяса птицы</b> <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-162, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-10, ВитаминВ1-1, ВитаминС-14, Магний-14, Фосфор-58, Железо-1	<b>23,00</b>
150	<b>Запеканка картофельная с мясом 1</b> <i>Картофель, Яйцо, мясо свинины (бек), Масло растительное, Лук, Масло сливочное, Панировочные сухари, Соль</i>	Калорийность-325, Белки-17, Жиры-21, Углеводы-20, ВитаминА-66, ВитаминС-5, Магний-106, Фосфор-283, Железо-4	<b>53,50</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>9,40</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>2,70</b>
40	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	<b>2,10</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-1 057, Белки-42, Жиры-45, Углеводы-122, ВитаминА-66, ВитаминВ1-2, ВитаминС-25, Магний-192, Фосфор-550, Железо-11	<b>105,30</b>

---

**Итого за** Калорийность-3 298, Белки-158, Жиры-155, **178,70**  
Углеводы-327, ВитаминА-66, ВитаминВ1-2,  
ВитаминС-25, Магний-192, Фосфор-550,  
Железо-12

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 из мясо птицы</b> <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное,</i>	Калорийность-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	<b>34,45</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>9,38</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>2,71</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-548, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-65, ВитаминВ1-2, ВитаминС-21, Магний-46, Фосфор-132, Железо-4	<b>46,54</b>
<b><u>Обед</u></b>			
15	<b>Помидор свежий</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>1,65</b>
260	<b>Суп картофельный с бобовымис мясом (горохом луценым)</b> <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, мясо птицы 40, Соль</i>	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23, ВитаминС-6, Магний-37, Фосфор-92, Железо-3	<b>14,87</b>
150	<b>Запеканка картофельная с мясом 1</b> <i>Картофель, Яйцо, мясо свинины (беск), Масло растительное, Лук, Масло сливочное, Панировочные сухари, Соль</i>	Калорийность-325, Белки-17, Жиры-21, Углеводы-20, ВитаминаА-66, ВитаминС-5, Магний-106, Фосфор-283, Железо-4	<b>53,42</b>
200	<b>Сок</b> <i>сок пачка, сок</i>	Калорийность-80, Углеводы-20	<b>10,33</b>
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-105, Белки-3, Углеводы-21, ВитаминРР-1, Магний-11, Фосфор-35	<b>3,19</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-687, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-84, ВитаминаА-66, ВитаминВ1-1, ВитаминС-11, ВитаминРР-1, Магний-154, Фосфор-410, Железо-7	<b>83,46</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 235, Белки-49, Жиры-49, Углеводы-149, ВитаминаА-67, ВитаминВ1-2, ВитаминС-32, ВитаминРР-1, Магний-200, Фосфор-541, Железо-10	<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>			
40	<b>Помидор свежий</b>	Калорийность-10, Углеводы-2	<b>4,69</b>
105	<b>Котлета из мясо птицы</b> <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное,</i>	Калорийность-284, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-18, ВитаминВ1-1, ВитаминС-24, Магний-24, Фосфор-101, Железо-2	<b>40,29</b>
160	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-252, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-35, ВитаминВ1-1, Магний-22, Фосфор-38, Железо-1	<b>9,69</b>
200	<b>Сок</b> <i>сок пачка, сок</i>	Калорийность-80, Углеводы-20	<b>10,33</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-625, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-75, ВитаминВ1-2, ВитаминС-24, Магний-46, Фосфор-140, Железо-3	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-625, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-75, ВитаминВ1-2, ВитаминС-24, Магний-46, Фосфор-140, Железо-3	<b>65,00</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>			
29	<b>Помидор свежий</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	<b>3,38</b>
90	<b>Котлета из мяса птицы</b>	Калорийность-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	<b>34,27</b>
<i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>			
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	<b>9,07</b>
<i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>			
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>2,71</b>
<i>Сахарный песок, Чай</i>			
33	<b>Кондитерское изделие</b>	Калорийность-144, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	<b>7,75</b>
80	<b>Банан</b>	Калорийность-77, Белки-1, Углеводы-17	<b>7,82</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-767, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-97, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-45, Фосфор-131, Железо-3	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-767, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-97, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-45, Фосфор-131, 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>			
100	<b>Котлета из мясо птицы</b> <i>филе цыпленка бройлера 40, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное,</i>	Калорийность-270, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-17, ВитаминВ1-1, ВитаминС-23, Магний-23, Фосфор-96, Железо-2	<b>37,24</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>9,38</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	<b>2,71</b>
33	<b>Кондитерское изделие</b>	Калорийность-144, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	<b>15,67</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-718, Белки-26, Жиры-31, Углеводы-82, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-48, Фосфор-142, Железо-4	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-718, Белки-26, Жиры-31, Углеводы-82, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-48, Фосфор-142, 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><u>Обед</u></b>			
200	<b>Суп картофельный с бобовымис мясом (горохом лущеным)</b> <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, мясо птицы 40, Соль</i>	Калорийность-134, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18, ВитаминС-5, Магний-28, Фосфор-70, Железо-2	<b>10,64</b>
150	<b>Запеканка картофельная с мясом 1</b> <i>Картофель, Яйцо, филе цыпленка бройлера 40, Масло растительное, Лук, Масло сливочное, Панировочные сухари, Соль</i>	Калорийность-325, Белки-17, Жиры-21, Углеводы-20, ВитаминА-66, ВитаминС-5, Магний-106, Фосфор-283, Железо-4	<b>45,06</b>
180	<b>Сок</b> <i>сок пачка, сок</i>	Калорийность-72, Углеводы-18	<b>9,30</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-531, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-56, ВитаминА-66, ВитаминС-9, Магний-135, Фосфор-354, Железо-6	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-531, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-56, ВитаминА-66, ВитаминС-9, Магний-135, Фосфор-354, Железо-6	<b>65,00</b>
Медсестра Прокофьева Г.В.		Повар Коровкина Н М	