

## 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>			
75	<b>Пирожки с капустой</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Капуста</i>	Калорийность-527, Белки-33, Жиры-30, Углеводы-30	<b>9,40</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>
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>9,60</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>
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>
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>4,90</b>
<b>Итого за Выпечка</b>		Калорийность-2 809, Белки-149, Жиры-141, Углеводы-244, Железо-1	<b>83,10</b>

Обед

265	<b>Суп с макаронными изделиями и мясом</b> <i>Вермишель, Морковь, Лук, Масло сливочное, Соль, мясо птицы 40</i>	Калорийность-145, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-52, ВитаминС-1, ВитаминРР-13, Магний-12, Фосфор-39, Железо-1	<b>18,00</b>
150	<b>Оладьи</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, молоко сгущеное</i>	Калорийность-414, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-67, ВитаминА-34, ВитаминВ2-4, ВитаминС-1, Магний-50, Фосфор-223, Железо-2	<b>19,40</b>
60	<b>Гуляш из мяса птицы</b> <i>филе цыпленка бройлера 40, Масло растительное, Лук, Мука пшеничная, Соль</i>	Калорийность-158, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-3	<b>21,10</b>
100	<b>Сырники</b> <i>Творог, Мука пшеничная, Яйцо, Сахарный песок, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-263, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-26, Железо-119	<b>22,50</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>9,10</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>3,60</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-1 369, Белки-48, Жиры-50, Углеводы-216, ВитаминА-34, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-4, ВитаминС-2, ВитаминРР-13, Магний-96, Фосфор-377, Железо-125	<b>96,40</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-4 179, Белки-197, Жиры-191, Углеводы-460, ВитаминА-34, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-13, Магний-96, Фосфор-377, Железо-126	<b>179,50</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>			
200	<b>Оладьи</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, молоко сгущеное</i>	Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-1, Магний-66, Фосфор-297, Железо-3	<b>25,81</b>
200	<b>Йогурт</b> <i>йогурт упаковка, йогурт 115, йогурт питьевой</i>	Белки-48, Жиры-24, Углеводы-366	<b>18,66</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-552, Белки-63, Жиры-39, Углеводы-455, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-1, Магний-66, Фосфор-297, Железо-3	<b>44,47</b>
<b><u>Обед</u></b>			
265	<b>Суп с макаронными изделиями и мясом</b> <i>Вермишель, Морковь, Лук, Масло сливочное, Соль, мясо птицы 40</i>	Калорийность-145, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-52, ВитаминС-1, ВитаминРР-13, Магний-12, Фосфор-39, Железо-1	<b>18,02</b>
105	<b>Гуляш 1</b> <i>мясо свинины (беск), Масло растительное, Лук, Мука пшеничная, Соль</i>	Калорийность-324, Белки-11, Жиры-30, Углеводы-3	<b>37,74</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>15,86</b>
200	<b>Сок</b> <i>сок пачка, сок</i>	Калорийность-80, Углеводы-20	<b>10,33</b>
40	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	<b>3,58</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-920, Белки-27, Жиры-45, Углеводы-137, ВитаминС-1, ВитаминРР-14, Магний-158, Фосфор-315, Железо-7	<b>85,53</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 473, Белки-91, Жиры-83, Углеводы-593, ВитаминА-45, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-6, ВитаминС-2, ВитаминРР-14, Магний-224, Фосфор-612, Железо-9	<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>			
200	<b>Оладьи</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, молоко сгущеное</i>	Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-1, Магний-66, Фосфор-297, Железо-3	<b>26,79</b>
200	<b>Йогурт</b> <i>йогурт упаковка, йогурт 115, йогурт питьевой</i>	Белки-48, Жиры-24, Углеводы-366	<b>18,66</b>
200	<b>Банан</b>	Калорийность-192, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-42	<b>19,55</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-744, Белки-66, Жиры-40, Углеводы-497, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-1, Магний-66, Фосфор-297, Железо-3	<b>65,00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-744, Белки-66, Жиры-40, Углеводы-497, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-1, Магний-66, Фосфор-297, 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>			
200	<b>Оладьи</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, Масло сливочное</i>	Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминаА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-1, Магний-66, Фосфор-297, Железо-3	<b>30,66</b>
193	<b>Йогурт</b> <i>йогурт упаковка, йогурт 115, йогурт питьевой</i>	Белки-46, Жиры-23, Углеводы-353	<b>18,02</b>
1	<b>Шоколад</b>		<b>16,33</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-552, Белки-62, Жиры-38, Углеводы-442, ВитаминаА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-1, Магний-66, Фосфор-297, Железо-3	<b>65,01</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-552, Белки-62, Жиры-38, Углеводы-442, ВитаминаА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-1, Магний-66, Фосфор-297, Железо-3	<b>65,01</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>			
200	<b>Оладьи</b> <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Дрожжи, Яйцо, Молоко цельное, Соль, Масло растительное, Повидло разное</i>	Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-1, Магний-66, Фосфор-297, Железо-3	<b>17,62</b>
180	<b>Какао с молоком витаминизированный</b> <i>Молоко цельное, Сахарный песок, какао Витошка</i>	Калорийность-171, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-29, ВитаминС-19, Железо-1	<b>15,94</b>
322	<b>Банан</b>	Калорийность-309, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-68	<b>31,45</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-1 033, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-186, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-20, Магний-66, Фосфор-297, Железо-4	<b>65,01</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 033, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-186, ВитаминА-45, ВитаминВ2-6, ВитаминС-20, Магний-66, Фосфор-297, Железо-4	<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>Обед</b>			
200	<b>Суп с макаронными изделиями и мясом</b> <i>Вермишель, Морковь, Лук, Масло сливочное, Соль, мясо птицы 40</i>	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-39, ВитаминС-1, ВитаминРР-10, Магний-9, Фосфор-29, Железо-1	<b>10,98</b>
90	<b>Гуляш 1</b> <i>мясо свинины (бек), Масло растительное, Лук, Мука пшеничная, Соль</i>	Калорийность-278, Белки-10, Жиры-25, Углеводы-3	<b>32,69</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>15,86</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>
25	<b>Хлеб ржаной порция</b>	Калорийность-58, Белки-2, Углеводы-12, Магний-6, Фосфор-45, Железо-1	<b>2,75</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-784, Белки-24, Жиры-39, Углеводы-112, ВитаминС-1, ВитаминРР-11, Магний-155, Фосфор-286, Железо-7	<b>64,99</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-784, Белки-24, Жиры-39, Углеводы-112, ВитаминС-1, ВитаминРР-11, Магний-155, Фосфор-286, Железо-7	<b>64,99</b>

Медсестра  
Прокофьева  
Г.В.

Повар  
Коровкина Н  
М