

МЕНЮ: Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Выпечка</u>			
75	Пирожки с капустой <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо, Капуста</i>	Калорийность-527, Белки-33, Жиры-30, Углеводы-30	7,80
60	Пирожки с яйцом <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-1 098, Белки-81, Жиры-75, Углеводы-25	8,50
75	Пирожки с вишней <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло сливочное, Яйцо, Соль, Дрожжи, вишня для напитка и пирогов</i>	Калорийность-262, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-53	10,50
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	9,90
113	Пицца школьная в -2 ТТК <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	29,20
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	7,70
50	Булочка Домашняя <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	4,00
Итого за Выпечка		Калорийность-2 862, Белки-146, Жиры-139, Углеводы-263, Железо-1	77,60
<u>Обед</u>			
260	Суп картофельный с с бобовымис мясом (горохом луценым) <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Мясо говядины, Соль</i>	Калорийность-202, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-22, ВитаминС-6, Магний-36, Фосфор-88, Железо-3	17,60
65	Котлеты рубленые из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-193, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12, ВитаминВ1-1, ВитаминС-15, Магний-15, Фосфор-63, Железо-1	26,90
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	8,40
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,00
Итого за Обед		Калорийность-699, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-83, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-76, Фосфор-196, Железо-6	54,90
Итого за		Калорийность-3 561, Белки-169, Жиры-168, Углеводы-346, ВитаминВ1-2, ВитаминС-21, Магний-76, Фосфор-196, Железо-7	132,50

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>			
200	Каша рисовая молочная жидкая <i>Рис, Молоко цельное, Сахарный песок, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-40, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-27, Фосфор-126	15,87
200	Какао с молоком витаминизированный <i>Молоко цельное, Сахарный песок, какао Витошка</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-21, Железо-1	17,24
50	Бутерброд горячие с сыром <i>Сыр "Российский", Масло сливочное, Хлеб Пшеничный</i>	Калорийность-147, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-16, ВитаминА-30, Магний-15, Фосфор-122	15,50
Итого за Завтрак		Калорийность-469, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-79, ВитаминА-83, ВитаминС-22, Магний-42, Фосфор-248, Железо-2	48,61
<u>Обед</u>			
90	Мандарин	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-7	14,88
260	Суп картофельный с ч бобовымис мясом (горохом лущеным) <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Мясо говядины, Соль</i>	Калорийность-202, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-22, ВитаминС-6, Магний-36, Фосфор-88, Железо-3	17,61
95	Котлеты рубленые из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-281, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-17, ВитаминВ1-1, ВитаминС-22, Магний-22, Фосфор-92, Железо-1	38,51
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	8,39
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,01
Итого за Обед		Калорийность-822, Белки-28, Жиры-34, Углеводы-95, ВитаминВ1-2, ВитаминС-28, Магний-83, Фосфор-225, Железо-6	81,40
Итого за		Калорийность-1 292, Белки-49, Жиры-59, Углеводы-174, ВитаминА-83, ВитаминВ1-2, ВитаминС-50, Магний-124, Фосфор-472, 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	Котлеты рубленые из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-296, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-18, ВитаминВ1-1, ВитаминС-23, Магний-23, Фосфор-96, Железо-2	40,64
160	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-252, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-35, ВитаминВ1-1, Магний-22, Фосфор-38, Железо-1	9,48
180	Напиток клюквенный <i>Клюква для напитка, Сахарный песок</i>	Калорийность-92, Углеводы-19, ВитаминС-2	14,88
Итого за Завтрак		Калорийность-640, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-72, ВитаминВ1-2, ВитаминС-25, Магний-45, Фосфор-135, Железо-3	65,00
Итого за		Калорийность-640, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-72, ВитаминВ1-2, ВитаминС-25, Магний-45, Фосфор-135, Железо-3	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>			
90	Котлеты рубленые из птицы <i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панчурочные сухари, Масло растительное</i>	Калорийность-267, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-16, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	40,06
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	8,39
200	Напиток клюквенный <i>Клюква для напитка, Сахарный песок</i>	Калорийность-102, Углеводы-21, ВитаминС-2	16,54
Итого за Завтрак		Калорийность-613, Белки-18, Жиры-25, Углеводы-72, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-42, Фосфор-124, Железо-3	64,99
Итого за		Калорийность-613, Белки-18, Жиры-25, Углеводы-72, ВитаминВ1-2, ВитаминС-23, Магний-42, Фосфор-124, Железо-3	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>			
200	Каша рисовая молочная жидкая <i>Рис , Молоко цельное, Сахарный песок, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-40, Витамина-53, ВитаминС-1, Магний-27, Фосфор-126	15,87
200	Какао с молоком витаминизированный <i>Молоко цельное, Сахарный песок, какао Витошка</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-21, Железо-1	17,24
36	Бутерброд горячие с сыром <i>Сыр "Российский", Масло сливочное, Хлеб Пшеничный</i>	Калорийность-106, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-11, Витамина-22, Магний-10, Фосфор-88	10,94
126	Мандарин	Калорийность-48, Белки-1, Углеводы-9	20,96
Итого за Завтрак		Калорийность-476, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-84, Витамина-74, ВитаминС-22, Магний-38, Фосфор-213, Железо-1	65,01
Итого за		Калорийность-476, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-84, Витамина-74, ВитаминС-22, Магний-38, Фосфор-213, Железо-1	65,01

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)
<u>Обед</u>			
200	Суп картофельный с бобовымис мясом (горохом луценым)	Калорийность-155, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-17, ВитаминС-4, Магний-27, Фосфор-68, Железо-2	13,56
<i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Мясо говядины, Соль</i>			
90	Котлеты рубленые из птицы	Калорийность-267, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-16, ВитаминВ1-1, ВитаминС-21, Магний-21, Фосфор-87, Железо-1	38,87
<i>Филе ЦБ без кожи, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Соль, Панировочные сухари, Масло растительное</i>			
155	Макаронные изделия отварные	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	8,39
<i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>			
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	2,01
<i>Сахарный песок, Чай</i>			
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-15, Магний-8, Фосфор-26	2,19
Итого за Обед		Калорийность-805, Белки-27, Жиры-31, Углеводы-98, ВитаминВ1-2, ВитаминС-25, Магний-82, Фосфор-226, Железо-6	65,02
Итого за		Калорийность-805, Белки-27, Жиры-31, Углеводы-98, ВитаминВ1-2, ВитаминС-25, Магний-82, Фосфор-226, Железо-6	65,02

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М