

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, Капуста</i>	Калорийность-527, Белки-33, Жиры-30, Углеводы-30	4,10
75	Ватрушка с повидло <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Повидло разное</i>	Калорийность-230, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-51	6,10
75	Пирожки с яблоками <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яблоки для компота, пироги</i>	Калорийность-189, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-42	7,80
75	Пирожок со сгущенным молоком <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, молоко сгущенное</i>	Калорийность-211, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-48	9,40
50	Булочка Домашняя <i>Мука пшеничная, Сахарный песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи</i>	Калорийность-234, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-29	3,30
Итого за Выпечка		Калорийность-1 391, Белки-53, Жиры-46, Углеводы-199	30,70
<u>Обед</u>			
260	Суп картофельный с с 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	15,10
60	Шницель мясной <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-157, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-14, Фосфор-45, Железо-1	29,80
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	6,80
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,90
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	2,00
Итого за Обед		Калорийность-755, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-101, ВитаминВ1-1, ВитаминС-7, Магний-85, Фосфор-251, Железо-7	55,60
Итого за		Калорийность-2 146, Белки-80, Жиры-73, Углеводы-300, ВитаминВ1-1, ВитаминС-7, Магний-85, Фосфор-251, Железо-7	86,30

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	13,23
200	Какао с молоком витаминизированный <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-21, Железо-1	15,49
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	12,82
Итого за Завтрак		Калорийность-469, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-79, ВитаминА-83, ВитаминС-22, Магний-42, Фосфор-248, Железо-2	41,54
<u>Обед</u>			
65	Кукуруза (консервированная)	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-7	8,17
260	Суп картофельный с с 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	15,13
110	Шницель мясной <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-287, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-18, ВитаминС-2, Магний-26, Фосфор-83, Железо-2	54,56
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	6,75
200	Чай с сахаром <i>Сахарный песок, Чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,88
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	1,97
Итого за Обед		Калорийность-918, Белки-35, Жиры-34, Углеводы-116, ВитаминВ1-1, ВитаминС-8, Магний-97, Фосфор-288, Железо-8	88,46
Итого за		Калорийность-1 388, Белки-57, Жиры-59, Углеводы-195, ВитаминА-83, ВитаминВ1-1, ВитаминС-30, Магний-139, Фосфор-536, Железо-10	130,00

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>			
60	Кукуруза (консервированная)	Калорийность-30, Белки-1, Углеводы-7	1,75
95	Шницель мясной	Калорийность-248, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-15, ВитаминС-2, Магний-23, Фосфор-71, Железо-2	47,13
<i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>			
155	Макаронные изделия отварные	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	6,75
<i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>			
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4, Фосфор-8, Железо-1	1,88
<i>Сахарный песок, Чай</i>			
30	Хлеб ржаной порция	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15, Магний-8, Фосфор-54, Железо-1	1,48
Итого за Завтрак		Калорийность-651, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-86, ВитаминВ1-1, ВитаминС-2, Магний-55, Фосфор-171, Железо-5	58,99
Итого за		Калорийность-651, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-86, ВитаминВ1-1, ВитаминС-2, Магний-55, Фосфор-171, Железо-5	58,99

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>			
19	Кукуруза (консервированная)	Калорийность-10, Углеводы-2	2,48
96	Шницель мясной	Калорийность-251, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-15, ВитаминС-2, Магний-23, Фосфор-72, Железо-2	47,84
<i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>			
155	Макаронные изделия отварные	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, ВитаминВ1-1, Магний-21, Фосфор-37, Железо-1	6,75
<i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>			
200	Напиток Витошка	Калорийность-331, Углеводы-19, ВитаминаА-120, ВитаминС-20	6,44
30	Хлеб ржаной порция	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15, Магний-8, Фосфор-54, Железо-1	1,48
Итого за Завтрак		Калорийность-904, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-86, ВитаминаА-120, ВитаминВ1-1, ВитаминС-22, Магний-52, Фосфор-164, Железо-4	64,99
Итого за		Калорийность-904, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-86, ВитаминаА-120, ВитаминВ1-1, ВитаминС-22, Магний-52, Фосфор-164, Железо-4	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	13,23
200	Какао с молоком витаминизированный <i>Какао, Молоко цельное, Сахарный песок</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминС-21, Железо-1	15,49
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	12,82
130	Груша	Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-13	23,45
Итого за Завтрак		Калорийность-530, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-92, Витамина-83, ВитаминС-22, Магний-42, Фосфор-248, Железо-2	64,99
Итого за		Калорийность-530, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-92, Витамина-83, ВитаминС-22, Магний-42, Фосфор-248, Железо-2	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			
250	Суп картофельный с бобовымис мясом (горохом лущеным) <i>Горох, Картофель, Морковь, Лук, Масло растительное, Соль</i>	Калорийность-194, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-21, ВитаминС-6, Магний-34, Фосфор-85, Железо-2	5,20
92	Шницель мясной <i>Мясо говядины, Хлеб Пшеничный, Молоко цельное, Панировочные сухари, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминС-2, Магний-22, Фосфор-69, Железо-2	44,87
150	Макаронные изделия отварные <i>Рожки, Масло сливочное, Соль</i>	Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33, Магний-20, Фосфор-36, Железо-1	6,52
200	Напиток Витошка	Калорийность-331, Углеводы-19, ВитаминаА-120, ВитаминС-20	6,44
40	Хлеб ржаной порция	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20, Магний-10, Фосфор-72, Железо-1	1,97
Итого за Обед		Калорийность-1 094, Белки-31, Жиры-30, Углеводы-108, ВитаминА-120, ВитаминВ1-1, ВитаминС-27, Магний-87, Фосфор-262, Железо-7	65,00
Итого за		Калорийность-1 094, Белки-31, Жиры-30, Углеводы-108, ВитаминА-120, ВитаминВ1-1, ВитаминС-27, Магний-87, Фосфор-262, Железо-7	65,00

Медсестра
Прокофьева
Г.В.

Повар
Коровкина Н
М