

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
265	Суп с макаронными изделиями мясом <i>мясо птицы 40, вермишель, мясо свинины (беск), морковь, лук, масло сливочное, соль, томатная паста, лавровый лист</i>	Са-12, Fe-1, К-80, Mg-10, P-31, ВитаминЕ-4, Калорийность-170, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-16, ВитаминС-2	17-70
150	Оладьи со сгущенным молоком <i>мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, яйцо, дрожжи, соль</i>	Са-129, К-159, Mg-16, P-105, ВитаминЕ-2, Калорийность-414, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-67	24-00
90	Гуляш из свинины <i>мясо свинины (беск), лук, томатная паста, масло растительное, мука пшеничная, соль</i>	К-67, Mg-5, ВитаминЕ-2, P-12, Са-5, Калорийность-196, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-2, ВитаминС-3	30-10
150	Рис отварной <i>рис, масло сливочное, соль</i>	Са-4, P-55, Mg-18, К-37, Калорийность-203, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-37	12-40
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-50
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-40
Итого за Обед		Са-150, Fe-1, К-343, Mg-49, P-203, ВитаминЕ-8, Калорийность-1 135, Белки-40, Жиры-38, Углеводы-157, ВитаминС-5	89-10
<u>Выпечка</u>			
60	Пирожки с яйцом <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-21, Fe-4, К-350, Mg-46, P-259, ВитаминЕ-25, Калорийность-1 447, Белки-32, Жиры-52, Углеводы-213	9-20
75	Ватрушка с творогом <i>мука пшеничная, творог, яйцо, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-475, Fe-6, К-781, Mg-126, P-944, В1-1, ВитаминЕ-21, Калорийность-2 208, Белки-93, Жиры-64, Углеводы-313, ВитаминС-1	12-80
75	Пирожок со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-818, Fe-5, К-1 403, Mg-145, P-896, В1-1, ВитаминЕ-17, Калорийность-2 614, Белки-59, Жиры-44, Углеводы-496, ВитаминС-3	13-70
75	Пирожки с капустой <i>мука пшеничная, капуста, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-180, Fe-7, К-1 354, Mg-109, P-423, В1-1, ВитаминЕ-25, Калорийность-1 818, Белки-47, Жиры-49, Углеводы-298, ВитаминС-135	6-80
75	Пирожки с вишней <i>мука пшеничная, вишня, сахарный песок, масло сливочное, яйцо, дрожжи, соль</i>	Са-115, Fe-5, К-1 037, Mg-117, P-360, В1-1, ВитаминЕ-6, Калорийность-1 432, Белки-38, Жиры-21, Углеводы-271, ВитаминС-38	10-80
113	Пицца школьная ТТК <i>мука пшеничная, филе цыпленка бройлера 40, сыр российский, томатная паста, сметана 15% жирности, огурцы соленые, масло сливочное, яйцо, сахарный песок, дрожжи, соль, масло растительное</i>	Са-1 253, Fe-16, К-2 578, Mg-288, P-1 876, В1-1, ВитаминЕ-12, Калорийность-3 312, Белки-127, Жиры-117, Углеводы-435, ВитаминС-50	33-80
50	Булочка домашняя <i>мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, яйцо, соль</i>	Mg-6, ВитаминЕ-3, К-49, P-36, Са-3, Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31	4-20
Итого за Выпечка		Са-2 865, Fe-43, К-7 552, Mg-837, P-4 794, В1-5, ВитаминЕ-109, Калорийность-13 030, Белки-400, Жиры-354, Углеводы-2 057, ВитаминС-227	91-30

Итого за день Са-3 015, Fe-44, К-7 895, Mg-886, P-4 997, **180-40**
В1-5, ВитаминЕ-117, Калорийность-14 165,
Белки-440, Жиры-392, Углеводы-2 214,
ВитаминС-232

Медсестра _____ Прокофьева Г.В. Повар _____ Коровкина Н.М.

ОВЗ 1-11 кл

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Оладьи со сгущенным молоком <i>мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, яйцо, дрожжи, соль</i>	Са-172, Fe-1, К-212, Mg-21, P-140, ВитаминЕ-3, Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминС-1	32-02
200	Йогурт питьевой	Са-224, К-274, Mg-26, P-172, Калорийность-131, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-22, ВитаминС-1	14-59
200	Мандарины		25-88
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-51
Итого за Завтрак		Са-396, Fe-1, К-486, Mg-47, P-312, ВитаминЕ-3, Калорийность-743, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-126, ВитаминС-2	75-00
<u>Обед</u>			
15	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-1, P-2, К-22, Mg-2, Калорийность-2, ВитаминС-2	1-37
250	Суп с макаронными изделиями мясом <i>мясо птицы 40, вермишель, мясо свинины (бек), морковь, лук, масло сливочное, соль, томатная паста, лавровый лист</i>	Са-12, Fe-1, К-75, Mg-9, P-29, ВитаминЕ-4, Калорийность-161, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-15, ВитаминС-2	16-71
90	Гуляш из свинины <i>мясо свинины (бек), лук, томатная паста, масло растительное, мука пшеничная, соль</i>	К-67, Mg-5, ВитаминЕ-2, P-12, Са-5, Калорийность-196, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-2, ВитаминС-3	29-50
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Mg-84, К-158, P-125, Са-12, Fe-3, Калорийность-243, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-38	13-80
200	Сок	К-240, Са-7, P-32, Fe-1, Mg-12, Калорийность-85, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-10	11-24
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Обед		Са-37, P-200, К-562, ВитаминЕ-6, Fe-5, Mg-112, Калорийность-779, Белки-34, Жиры-28, Углеводы-95, ВитаминС-17	75-00
Итого за день		Са-433, Fe-6, К-1 048, Mg-159, P-512, ВитаминЕ-9, Калорийность-1 522, Белки-55, Жиры-46, Углеводы-221, ВитаминС-19	150-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В. Повар _____ Коровкина Н.М.

Директор

Дьячкова Е.Ю.

Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Оладьи со сгущенным молоком <i>мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, яйцо, дрожжи, соль</i>	Са-172, Fe-1, К-212, Mg-21, P-140, ВитаминЕ-3, Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминС-1	35-55
200	Йогурт питьевой	Са-224, К-274, Mg-26, P-172, Калорийность-131, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-22, ВитаминС-1	14-59
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-51
180	Мандарины		22-35
Итого за Завтрак		Са-396, Fe-1, К-486, Mg-47, P-312, ВитаминЕ-3, Калорийность-743, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-126, ВитаминС-2	75-00
Итого за день		Са-396, Fe-1, К-486, Mg-47, P-312, ВитаминЕ-3, Калорийность-743, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-126, ВитаминС-2	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Директор

Дьячкова Е.Ю.

Соц нач школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Оладьи со сгущенным молоком <i>мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, яйцо, дрожжи, соль</i>	Са-172, Fe-1, К-212, Mg-21, P-140, ВитаминЕ-3, Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминС-1	35-22
200	Йогурт питьевой	Са-224, К-274, Mg-26, P-172, Калорийность-131, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-22, ВитаминС-1	14-27
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-51
200	Груши		23-00
Итого за Завтрак		Са-396, Fe-1, К-486, Mg-47, P-312, ВитаминЕ-3, Калорийность-743, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-126, ВитаминС-2	75-00
Итого за день		Са-396, Fe-1, К-486, Mg-47, P-312, ВитаминЕ-3, Калорийность-743, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-126, ВитаминС-2	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.