

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
250	Суп картофельный с бобовыми с мясом <i>картофель, мясо птицы 40, горох, мясо говядины, мясо свинины (беск), морковь, лук, масло растительное, масло сливочное, соль</i>	Ca-44, Fe-2, K-497, Mg-39, P-109, ВитаминЕ-3, Калорийность-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-12	16-00
90	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, K-117, Ca-30, Mg-12, P-80, ВитаминЕ-2, Калорийность-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминС-1	33-80
155	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Ca-23, Fe-1, K-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	9-00
150	Запеканка картофельная с мясом <i>яйцо, картофель, мясо свинины (беск), лук, масло растительное, масло сливочное, панировочные сухари</i>	Fe-1, Mg-28, K-666, P-74, Ca-18, ВитаминЕ-3, Калорийность-325, Белки-17, Жиры-21, Углеводы-20, ВитаминС-24	42-90
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-40
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-40
Итого за Обед		Ca-115, Fe-5, K-1 376, Mg-103, P-328, ВитаминЕ-18, Калорийность-1 132, Белки-48, Жиры-49, Углеводы-126, ВитаминС-37	106-50
<u>Выпечка</u>			
60	Пирожки с яйцом <i>яйцо, мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Ca-337, Fe-15, K-854, Mg-73, P-1 172, ВитаминЕ-6, Калорийность-1 009, Белки-78, Жиры-75, Углеводы-6	9-50
75	Пирожок со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Ca-129, Fe-2, K-217, Mg-19, P-224, ВитаминЕ-2, Калорийность-244, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-17	13-80
75	Пирожки с вишней <i>яйцо, мука пшеничная, вишня для напитков и пирогов, сахарный песок, масло сливочное, дрожжи, соль</i>	Ca-34, Fe-1, K-121, Mg-11, P-85, Калорийность-99, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-4	10-80
113	Пицца школьная ТТК <i>яйцо, мука пшеничная, филе цыпленка бройлера 40, сыр российский, томатная паста, сметана, огуры соленые, масло сливочное, сахарный песок, дрожжи, соль, масло растительное</i>	Ca-158, Fe-3, K-259, Mg-22, P-258, ВитаминЕ-1, Калорийность-264, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-6, ВитаминС-5	33-90
75	Пирожки с яблоками <i>яйцо, мука пшеничная, яблоки для компота, пироги, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Ca-50, Fe-2, K-122, Mg-11, P-167, ВитаминЕ-2, Калорийность-202, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-11	7-10
75	Ватрушка с повидло <i>яйцо, мука пшеничная, повидло разное, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Ca-57, Fe-3, K-149, Mg-17, P-197, ВитаминЕ-2, Калорийность-260, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-22	9-80
50	Булочка домашняя <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Ca-12, Fe-1, K-28, Mg-2, P-39, ВитаминЕ-4, Калорийность-130, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-7	4-20
Итого за Выпечка		Ca-777, Fe-27, K-1 750, Mg-155, P-2 142, ВитаминЕ-17, Калорийность-2 208, Белки-137, Жиры-150, Углеводы-74, ВитаминС-9	89-10
Итого за день		Ca-892, Fe-32, K-3 126, Mg-258, P-2 470, ВитаминЕ-35, Калорийность-3 340, Белки-185, Жиры-199, Углеводы-200, ВитаминС-46	195-60

_____ Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

ОВЗ 1-11 кл

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
120	Котлета из мяса птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-156, Са-40, Mg-15, P-107, ВитаминЕ-3, Калорийность-324, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-20, ВитаминС-1	45-11
160	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-99, Mg-25, P-67, ВитаминЕ-10, Калорийность-252, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-35	9-24
207	Чай с лимоном <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Са-3, К-12, Mg-1, P-2, Калорийность-64, Углеводы-15, ВитаминС-6	3-08
60	Кондитерское изделие <i>сода, мука пшеничная в/с, сахарная пудра, масло сливочное, повидло разное, сахарный песок, яйцо, какао, соль</i>	Са-5, К-36, P-25, Калорийность-200, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	17-57
Итого за Завтрак		Fe-2, К-303, Са-71, Mg-41, P-201, ВитаминЕ-13, Калорийность-840, Белки-31, Жиры-33, Углеводы-100, ВитаминС-7	75-00
<u>Обед</u>			
5	горошек зеленый (консервы)	Са-1, К-5, Mg-1, P-3, Калорийность-2, ВитаминС-1	1-13
250	Суп картофельный с бобовыми с мясом <i>картофель, мясо птицы 40, горох, мясо говядины, мясо свинины (бек), морковь, лук, масло растительное, масло сливочное, соль</i>	Са-44, Fe-2, К-497, Mg-39, P-109, ВитаминЕ-3, Калорийность-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-12	13-78
150	Запеканка картофельная с мясом <i>яйцо, картофель, мясо свинины (бек), лук, масло растительное, масло сливочное, панировочные сухари</i>	Fe-1, Mg-28, К-666, P-74, Са-18, ВитаминЕ-3, Калорийность-325, Белки-17, Жиры-21, Углеводы-20, ВитаминС-24	42-94
180	Напиток Витошка	P-1, Са-1, К-5, Mg-1, Калорийность-46, Углеводы-12	6-72
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
100	Яблоки	Калорийность-44, ВитаминС-2	8-05
Итого за Обед		Са-64, Fe-3, К-1 173, Mg-69, P-187, ВитаминЕ-6, Калорийность-676, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-74, ВитаминС-39	75-00
Итого за день		Fe-5, К-1 476, Са-135, Mg-110, P-388, ВитаминЕ-19, Калорийность-1 516, Белки-57, Жиры-60, Углеводы-174, ВитаминС-46	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>			
120	Котлета из мяса птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-156, Са-40, Mg-15, P-107, ВитаминЕ-3, Калорийность-324, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-20, ВитаминС-1	46-21
155	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	8-95
60	Кондитерское изделие <i>сода, мука пшеничная в/с, сахарная пудра, масло сливочное, повидло разное, сахарный песок, яйцо, какао, соль</i>	Са-5, К-36, P-25, Калорийность-200, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	15-57
207	Чай с лимоном <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Са-3, К-12, Mg-1, P-2, Калорийность-64, Углеводы-15, ВитаминС-6	3-08
20	хлеб ржаной	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10	1-19
Итого за Завтрак		Fe-2, К-300, Са-71, Mg-40, P-199, ВитаминЕ-13, Калорийность-879, Белки-32, Жиры-33, Углеводы-109, ВитаминС-7	75-00
Итого за день		Fe-2, К-300, Са-71, Mg-40, P-199, ВитаминЕ-13, Калорийность-879, Белки-32, Жиры-33, Углеводы-109, ВитаминС-7	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>			
115	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-150, Са-38, Mg-15, P-103, ВитаминЕ-3, Калорийность-311, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-20, ВитаминС-1	44-76
155	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	8-95
207	Чай с лимоном <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Са-3, К-12, Mg-1, P-2, Калорийность-64, Углеводы-15, ВитаминС-6	3-08
1	Шоколадка		17-02
20	хлеб ржаной	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10	1-19
Итого за Завтрак		Fe-2, К-258, Са-64, Mg-40, P-170, ВитаминЕ-13, Калорийность-666, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-79, ВитаминС-7	75-00
Итого за день		Fe-2, К-258, Са-64, Mg-40, P-170, ВитаминЕ-13, Калорийность-666, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-79, ВитаминС-7	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.