

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>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, 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	33-86
200	Йогурт питьевой	Са-320, К-391, Mg-37, P-246, Калорийность-180, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-28, ВитаминС-1	14-59
150	Груши	Калорийность-68, Белки-1, Углеводы-1, ВитаминС-6	24-15
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-40
Итого за Завтрак		Са-492, Fe-1, К-603, Mg-58, P-386, ВитаминЕ-3, Калорийность-860, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-133, ВитаминС-8	75-00
Итого за день		Са-492, Fe-1, К-603, Mg-58, P-386, ВитаминЕ-3, Калорийность-860, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-133, ВитаминС-8	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>			
190	Оладьи со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-164, Fe-1, К-201, Mg-20, P-133, ВитаминЕ-3, Калорийность-525, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-85, ВитаминС-1	29-05
200	Йогурт питьевой	Са-320, К-391, Mg-37, P-246, Калорийность-180, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-28, ВитаминС-1	19-64
180	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14	2-16
150	Груши	Калорийность-68, Белки-1, Углеводы-1, ВитаминС-6	24-15
Итого за Завтрак		Са-484, Fe-1, К-592, Mg-57, P-379, ВитаминЕ-3, Калорийность-827, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-128, ВитаминС-8	75-00
Итого за день		Са-484, Fe-1, К-592, Mg-57, P-379, ВитаминЕ-3, Калорийность-827, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-128, ВитаминС-8	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
260	Суп с макаронными изделиями мясом <i>мясо птицы 40, вермишель, мясо свинины (беск), морковь, лук, масло сливочное, соль, томатная паста, лавровый лист</i>	Ca-12, Fe-1, K-78, Mg-9, P-30, ВитаминЕ-4, Калорийность-142, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-51, ВитаминС-2	23-50
150	Оладьи со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Ca-129, K-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>	K-67, Mg-5, ВитаминЕ-2, P-12, Ca-5, Калорийность-278, Белки-10, Жиры-25, Углеводы-3, ВитаминС-3	30-10
150	Рис отварной <i>рис, масло сливочное, соль</i>	Ca-4, P-55, Mg-18, K-37, Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39	12-40
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-150, Fe-1, K-341, Mg-48, P-202, ВитаминЕ-8, Калорийность-1 214, Белки-33, Жиры-49, Углеводы-195, ВитаминС-5	94-80
<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
113	Пицца школьная ТТК <i>яйцо, мука пшеничная, филе цыпленка бройлера 40, сыр российский, томатная паста, сметана, огурцы 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	35-60
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
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 капустой <i>яйцо, мука пшеничная, капуста, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Ca-140, Fe-6, K-403, Mg-32, P-438, ВитаминЕ-3, Калорийность-408, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-6, ВитаминС-14	6-90
75	Ватрушка с творогом <i>яйцо, мука пшеничная, творог, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Ca-111, Fe-3, K-194, Mg-20, P-284, ВитаминЕ-2, Калорийность-274, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-5	12-80
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	4-30
Итого за Выпечка		Ca-921, Fe-31, K-2 076, Mg-179, P-2 500, ВитаминЕ-18, Калорийность-2 428, Белки-164, Жиры-173, Углеводы-52, ВитаминС-23	93-70
Итого за день		Ca-1 071, Fe-32, K-2 417, Mg-227, P-2 702, ВитаминЕ-26, Калорийность-3 642, Белки-197, Жиры-222, Углеводы-247, ВитаминС-28	188-50

_____ 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>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, 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	33-86
200	Йогурт питьевой	Са-320, К-391, Mg-37, P-246, Калорийность-180, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-28, ВитаминС-1	14-59
150	Груши	Калорийность-68, Белки-1, Углеводы-1, ВитаминС-6	24-15
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-40
Итого за Завтрак		Са-492, Fe-1, К-603, Mg-58, P-386, ВитаминЕ-3, Калорийность-860, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-133, ВитаминС-8	75-00
<u>Обед</u>			
30	горошек зеленый (консервы)	Са-6, К-30, Mg-6, P-19, Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-3	3-55
265	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-80, Mg-10, P-31, ВитаминЕ-4, Калорийность-145, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-52, ВитаминС-2	14-72
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-278, Белки-10, Жиры-25, Углеводы-3, ВитаминС-3	30-11
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Mg-84, К-158, P-125, Са-12, Fe-3, Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43	11-29
180	Сок	К-216, Са-6, P-29, Fe-1, Mg-11, Калорийность-77, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-9	12-95
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Обед		Са-41, Fe-5, К-551, Mg-116, P-216, ВитаминЕ-6, Калорийность-883, Белки-29, Жиры-40, Углеводы-138, ВитаминС-17	75-00
Итого за день		Са-533, Fe-6, К-1 154, Mg-174, P-602, ВитаминЕ-9, Калорийность-1 743, Белки-51, Жиры-60, Углеводы-271, ВитаминС-25	150-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.