

Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
20	Огурец свежий	Р-3, К-20, Са-2, Mg-1, Калорийность-1, ВитаминС-1	3-46
120	Птица, тушеные в сметанном соусе с томатом <small>мясо птицы 40, сметана, томатная паста, мука пшеничная, масло растительное</small>	Са-15, К-71, Mg-4, Р-14, ВитаминЕ-1, Калорийность-234, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-4, ВитаминС-3	31-11
155	Макаронные изделия отварные с маслом <small>рожки, масло сливочное, соль</small>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, Р-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	8-95
200	Компот из черной и красной смородины <small>смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок</small>	Са-30, Fe-1, К-251, Mg-19, Р-26, Калорийность-138, Углеводы-33, ВитаминС-20	18-12
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
130	Яблоки	Калорийность-58, Белки-1, Жиры-1, ВитаминС-3	10-98
Итого за Завтрак		Р-108, К-438, ВитаминЕ-11, Са-70, Fe-2, Mg-48, Калорийность-768, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-91, ВитаминС-27	75-00
Итого за день		Р-108, К-438, ВитаминЕ-11, Са-70, Fe-2, Mg-48, Калорийность-768, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-91, ВитаминС-27	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Соц нач школа

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
20	Огурец свежий	Р-3, К-20, Са-2, Mg-1, Калорийность-1, ВитаминС-1	3-46
120	Птица, тушеные в сметанном соусе с томатом <small>мясо птицы 40, сметана, томатная паста, мука пшеничная, масло растительное</small>	Са-15, К-71, Mg-4, Р-14, ВитаминЕ-1, Калорийность-234, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-4, ВитаминС-3	29-79
155	Макаронные изделия отварные с маслом <small>рожки, масло сливочное, соль</small>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, Р-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	8-95
200	Компот из черной и красной смородины <small>смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок</small>	Са-30, Fe-1, К-251, Mg-19, Р-26, Калорийность-138, Углеводы-33, ВитаминС-20	18-12
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
130	Яблоки	Калорийность-58, Белки-1, Жиры-1, ВитаминС-3	12-30
Итого за Завтрак		Р-108, К-438, ВитаминЕ-11, Са-70, Fe-2, Mg-48, Калорийность-768, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-91, ВитаминС-27	75-00
Итого за день		Р-108, К-438, ВитаминЕ-11, Са-70, Fe-2, Mg-48, Калорийность-768, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-91, ВитаминС-27	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>			
250	Рассольник ленинградский с мясом со сметаной <i>картофель, мясо птицы 40, мясо свинины (бек), огурцы соленые, морковь, рис, лук, масло растительное, сметана, масло сливочное, соль, лавровый лист</i>	Са-28, Fe-1, К-452, Mg-25, P-64, ВитаминЕ-2, Калорийность-122, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-16, ВитаминС-16	21-80
100	Птица, тушеные в сметанном соусе с томатом <i>мясо птицы 40, сметана, томатная паста, мука пшеничная, масло растительное</i>	Са-12, К-59, Mg-4, P-11, ВитаминЕ-1, Калорийность-195, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-3, ВитаминС-2	25-90
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	9-00
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		Са-63, Fe-2, К-607, Mg-53, P-140, ВитаминЕ-13, Калорийность-714, Белки-25, Жиры-26, Углеводы-88, ВитаминС-18	61-50
<u>Выпечка</u>			
60	Пирожки с яйцом <i>яйцо, мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-337, Fe-15, К-854, Mg-73, P-1 172, ВитаминЕ-6, Калорийность-1 009, Белки-78, Жиры-75, Углеводы-6	9-50
75	Ватрушка с творогом <i>яйцо, мука пшеничная, творог, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-111, Fe-3, К-194, Mg-20, P-284, ВитаминЕ-2, Калорийность-274, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-5	12-80
75	Пирожки с капустой <i>яйцо, мука пшеничная, капуста, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-140, Fe-6, К-403, Mg-32, P-438, ВитаминЕ-3, Калорийность-408, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-6, ВитаминС-14	6-90
75	Пирожок со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-129, Fe-2, К-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 напитка и пирогов, сахарный песок, масло сливочное, дрожжи, соль</i>	Са-34, Fe-1, К-121, Mg-11, P-85, Калорийность-99, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-4	11-00
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>	Са-158, Fe-3, К-259, Mg-22, P-258, ВитаминЕ-1, Калорийность-264, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-6, ВитаминС-5	33-90
50	Булочка домашняя <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-12, Fe-1, К-28, Mg-2, P-39, ВитаминЕ-4, Калорийность-130, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-7	4-20
Итого за Выпечка		Са-921, Fe-31, К-2 076, Mg-179, P-2 500, ВитаминЕ-18, Калорийность-2 428, Белки-164, Жиры-173, Углеводы-52, ВитаминС-23	92-10
Итого за день		Са-984, Fe-33, К-2 683, Mg-232, P-2 640, ВитаминЕ-31, Калорийность-3 142, Белки-189, Жиры-199, Углеводы-140, ВитаминС-41	153-60

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>			
150/5	Омлет натуральный с сыром <i>яйцо, сыр российский, молоко цельное, масло сливочное</i>	Mg-11, P-155, Fe-1, K-87, Ca-121, Калорийность-341, Белки-19, Жиры-28, Углеводы-3	57-81
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	9-79
207	Чай с лимоном <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Ca-3, K-12, Mg-1, P-2, Калорийность-64, Углеводы-15, ВитаминС-6	3-08
120	Яблоки	Калорийность-53, ВитаминС-3	9-66
Итого за Завтрак		Mg-29, P-354, Fe-4, ВитаминЕ-2, K-248, Ca-181, Калорийность-718, Белки-30, Жиры-41, Углеводы-40, ВитаминС-9	80-34
<u>Обед</u>			
10	Огурец свежий	P-2, K-10, Ca-1, Mg-1, Калорийность-1	1-73
250	Рассольник ленинградский с мясом со сметаной <i>картофель, мясо птицы 40, мясо свинины (бек), огурцы соленые, морковь, рис, лук, масло растительное, сметана, масло сливочное, соль, лавровый лист</i>	Ca-28, Fe-1, K-452, Mg-25, P-64, ВитаминЕ-2, Калорийность-122, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-16, ВитаминС-16	21-80
100	Птица, тушеные в сметанном соусе с томатом <i>мясо птицы 40, сметана, томатная паста, мука пшеничная, масло растительное</i>	Ca-12, K-59, Mg-4, P-11, ВитаминЕ-1, Калорийность-195, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-3, ВитаминС-2	25-92
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Ca-22, Fe-1, K-93, Mg-24, P-63, ВитаминЕ-9, Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33	7-00
180	Компот из черной и красной смородины <i>смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок</i>	Ca-27, Fe-1, K-226, Mg-17, P-24, Калорийность-124, Углеводы-30, ВитаминС-18	16-31
30	хлеб ржаной	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15	1-78
Итого за Обед		P-164, K-840, ВитаминЕ-12, Ca-90, Fe-3, Mg-71, Калорийность-748, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-97, ВитаминС-36	74-54
Итого за день		Mg-100, P-518, Fe-7, ВитаминЕ-14, K-1 088, Ca-271, Калорийность-1 466, Белки-54, Жиры-67, Углеводы-137, ВитаминС-45	154-88

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.