

## Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Обед</u></b>			
265	<b>Суп картофельный с рыбой</b> <i>картофель, минтай, морковь, лук, масло сливочное, соль, лавровый лист</i>	Са-11, Р-30, ВитаминЕ-1, К-253, Mg-12, Калорийность-133, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-21, ВитаминС-9	<b>14-30</b>
90	<b>Печень по-строгановски</b> <i>печень, сметана, лук, масло растительное, мука пшеничная, соль, масло сливочное</i>	Са-6, Р-209, К-184, Fe-5, Mg-12, ВитаминЕ-3, Калорийность-176, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-4, ВитаминС-22	<b>36-20</b>
110	<b>Тефтели ( вариант 2)</b> <i>мясо свинины (беск), лук, сметана, мука пшеничная, масло растительное, рис, томатная паста, соль</i>	Са-11, Mg-8, ВитаминЕ-5, К-49, Р-26, Калорийность-142, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминС-2	<b>22-90</b>
150	<b>Картофельное пюре 1</b> <i>картофель, молоко цельное, масло сливочное, соль</i>	К-424, Fe-1, Р-53, Са-23, Mg-18, Калорийность-136, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-18, ВитаминС-14	<b>11-70</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-50</b>
40	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	<b>2-40</b>
<b>Итого за Обед</b>		Са-51, Р-318, Fe-6, ВитаминЕ-9, К-910, Mg-50, Калорийность-739, Белки-30, Жиры-29, Углеводы-87, ВитаминС-47	<b>90-00</b>
<b><u>Выпечка</u></b>			
60	<b>Пирожки с яйцом</b> <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-21, Fe-4, К-350, Mg-46, Р-259, ВитаминЕ-25, Калорийность-1 447, Белки-32, Жиры-52, Углеводы-213	<b>9-40</b>
113	<b>Пицца школьная ТТК</b> <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, Р-1 876, В1-1, ВитаминЕ-12, Калорийность-3 312, Белки-127, Жиры-117, Углеводы-435, ВитаминС-50	<b>26-80</b>
75	<b>Пирожок со сгущенным молоком</b> <i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-818, Fe-5, К-1 403, Mg-145, Р-896, В1-1, ВитаминЕ-17, Калорийность-2 614, Белки-59, Жиры-44, Углеводы-496, ВитаминС-3	<b>13-80</b>
75	<b>Пирожки с яблоками</b> <i>яйцо, мука пшеничная, яблоки для компота ,пирог, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-66, Fe-10, К-1 157, Mg-83, Р-351, В1-1, ВитаминЕ-18, Калорийность-2 014, Белки-42, Жиры-34, Углеводы-383, ВитаминС-25	<b>7-10</b>
75	<b>Ватрушка с повидло</b> <i>мука пшеничная, повидло разное, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-95, Fe-10, К-736, Mg-121, Р-625, В1-1, ВитаминЕ-21, Калорийность-2 488, Белки-43, Жиры-40, Углеводы-478, ВитаминС-1	<b>9-50</b>
50	<b>Булочка домашняя</b> <i>мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, яйцо, соль</i>	Mg-6, ВитаминЕ-3, К-49, Р-36, Са-3, Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31	<b>4-20</b>
75	<b>Пирожки с вишней</b> <i>мука пшеничная, вишня, сахарный песок, масло сливочное, яйцо, дрожжи, соль</i>	Са-115, Fe-5, К-1 037, Mg-117, Р-360, В1-1, ВитаминЕ-6, Калорийность-1 432, Белки-38, Жиры-21, Углеводы-271, ВитаминС-38	<b>10-80</b>
<b>Итого за Выпечка</b>		Са-2 371, Fe-50, К-7 310, Mg-806, Р-4 403, В1-5, ВитаминЕ-102, Калорийность-13 506, Белки-345, Жиры-315, Углеводы-2 307, ВитаминС-117	<b>81-60</b>

---

**Итого за день** В1-5, Са-2 422, Р-4 721, Fe-56,  
ВитаминЕ-111, К-8 220, Mg-856,  
Калорийность-14 245, Белки-375,  
Жиры-344, Углеводы-2 394, ВитаминС-164

**171-60**

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
80	<b>Салат из свежих огурцов</b> <i>огурцы свежие, масло растительное, соль</i>	ВитаминЕ-2, Р-23, Са-13, Mg-11, К-149, Калорийность-52, Белки-1, Жиры-5, ВитаминС-5	<b>11-84</b>
120	<b>Тефтели ( вариант 2)</b> <i>мясо свинины (беск), лук, сметана, мука пшеничная, масло растительное, рис, томатная паста, соль</i>	Са-13, Mg-8, ВитаминЕ-5, К-53, Р-28, Калорийность-155, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10, ВитаминС-2	<b>25-13</b>
180	<b>Картофельное пюре 1</b> <i>картофель, молоко цельное, масло сливочное, соль</i>	К-508, Fe-1, Р-64, Са-27, Mg-22, Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22, ВитаминС-17	<b>17-72</b>
207	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Са-3, К-12, Mg-1, Р-2, Калорийность-64, Углеводы-15, ВитаминС-3	<b>3-16</b>
1	<b>Шоколадка</b>		<b>17-14</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		ВитаминЕ-7, Р-117, Са-56, Mg-42, К-722, Fe-1, Калорийность-435, Белки-12, Жиры-21, Углеводы-47, ВитаминС-27	<b>74-99</b>
<b><u>Обед</u></b>			
30	<b>горошек зеленый (консервы)</b>		<b>6-77</b>
265	<b>Суп картофельный с рыбой</b> <i>картофель, минтай, морковь, лук, масло сливочное, соль, лавровый лист</i>	Са-11, Р-30, ВитаминЕ-1, К-253, Mg-12, Калорийность-133, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-21, ВитаминС-9	<b>14-35</b>
80	<b>Печень по-строгановски</b> <i>печень, сметана, лук, масло растительное, мука пшеничная, соль, масло сливочное</i>	Са-5, Р-186, К-164, Fe-4, Mg-11, ВитаминЕ-3, Калорийность-156, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-3, ВитаминС-20	<b>23-50</b>
150	<b>Рис отварной</b> <i>рис, масло сливочное, соль</i>	Са-4, Р-55, Mg-18, К-37, Калорийность-203, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-37	<b>16-77</b>
200	<b>Сок</b>	К-240, Са-7, Р-32, Fe-1, Mg-12, Калорийность-85, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-10	<b>11-24</b>
40	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	<b>2-38</b>
<b>Итого за Обед</b>		Са-27, Р-303, Fe-5, ВитаминЕ-4, К-694, Mg-53, Калорийность-669, Белки-24, Жиры-18, Углеводы-101, ВитаминС-39	<b>75-01</b>
<b>Итого за день</b>		ВитаминЕ-11, Р-420, Са-83, Mg-95, К-1 416, Fe-6, Калорийность-1 104, Белки-36, Жиры-39, Углеводы-148, ВитаминС-66	<b>150-00</b>

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
20	<b>горошек зеленый (консервы)</b>		<b>4-51</b>
120	<b>Тефтели ( вариант 2)</b>	Са-13, Mg-8, ВитаминЕ-5, К-53, Р-28, Калорийность-155, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10, ВитаминС-2	<b>25-02</b>
	<i>мясо свинины (бек), лук, сметана, мука пшеничная, масло растительное, рис, томатная паста, соль</i>		
180	<b>Картофельное пюре 1</b>	К-508, Fe-1, Р-64, Са-27, Mg-22, Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22, ВитаминС-17	<b>17-06</b>
	<i>картофель, молоко цельное, масло сливочное, соль</i>		
200	<b>Сок</b>	К-240, Са-7, Р-32, Fe-1, Mg-12, Калорийность-85, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-10	<b>11-24</b>
1	<b>Шоколадка</b>		<b>17-14</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Са-47, Fe-2, Mg-42, ВитаминЕ-5, К-801, Р-124, Калорийность-404, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-52, ВитаминС-29	<b>74-97</b>
<b>Итого за день</b>		Са-47, Fe-2, Mg-42, ВитаминЕ-5, К-801, Р-124, Калорийность-404, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-52, ВитаминС-29	<b>74-97</b>

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
30	<b>горошек зеленый (консервы)</b>		<b>6-77</b>
110	<b>Тефтели ( вариант 1) соусом томатным</b> <i>мясо свинины (беск), лук, сметана 15% жирности, молоко цельное, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста, соль</i>	Mg-7, ВитаминЕ-3, К-67, P-32, Са-23, Калорийность-237, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-112, ВитаминС-2	<b>22-97</b>
180	<b>Картофельное пюре 1</b> <i>картофель, молоко цельное, масло сливочное, соль</i>	К-508, Fe-1, P-64, Са-27, Mg-22, Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22, ВитаминС-17	<b>16-88</b>
200	<b>Сок</b>	К-240, Са-7, P-32, Fe-1, Mg-12, Калорийность-85, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-10	<b>11-24</b>
1	<b>Шоколадка</b>		<b>17-14</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Mg-41, ВитаминЕ-3, К-815, P-128, Са-57, Fe-2, Калорийность-486, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-154, ВитаминС-29	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Mg-41, ВитаминЕ-3, К-815, P-128, Са-57, Fe-2, Калорийность-486, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-154, ВитаминС-29	<b>75-00</b>

Медсестра \_\_\_\_\_ Прокофьева Г.В.

Повар \_\_\_\_\_ Коровкина Н.М.