

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
250	Суп картофельный с яйцом <i>картофель, яйцо, мясо говядины, морковь, лук, масло сливочное, соль, лавровый лист</i>	Са-82, Fe-4, К-820, Mg-44, P-272, ВитаминЕ-1, Калорийность-152, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-24	15-00
90	Биточки из свинины <i>мясо свинины (бек), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-456, Fe-6, К-642, Mg-92, P-449, В1-1, ВитаминЕ-26, Калорийность-2 430, Белки-149, Жиры-134, Углеводы-155, ВитаминС-3	30-90
150	Рагу из птицы <i>картофель, мясо птицы 40, капуста, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, соль, мука пшеничная, лавровый лист</i>	К-470, ВитаминЕ-2, Mg-25, P-57, Са-15, Fe-1, Калорийность-178, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-13, ВитаминС-17	35-00
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-168, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-26	9-00
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-576, Fe-12, К-2 028, Mg-185, P-843, В1-1, ВитаминЕ-39, Калорийность-3 080, Белки-175, Жиры-153, Углеводы-250, ВитаминС-44	94-80

Выпечка

60	Пирожки с яйцом	Са-21, Fe-4, К-350, Mg-46, P-259, ВитаминЕ-25, Калорийность-1 447, Белки-32, Жиры-52, Углеводы-213	9-40
	<i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>		
75	Пирожки с яблоками	Са-66, Fe-10, К-1 157, Mg-83, P-351, В1-1, ВитаминЕ-18, Калорийность-2 014, Белки-42, Жиры-34, Углеводы-383, ВитаминС-25	7-10
	<i>яйцо, мука пшеничная, яблоки для компота ,пирог, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>		
75	Ватрушка с повидло	Са-95, Fe-10, К-736, Mg-121, P-625, В1-1, ВитаминЕ-21, Калорийность-2 488, Белки-43, Жиры-40, Углеводы-478, ВитаминС-1	9-50
	<i>мука пшеничная, повидло разное, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>		
75	Пирожки с вишней	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
	<i>мука пшеничная, вишня, сахарный песок, масло сливочное, яйцо, дрожжи, соль</i>		
113	Пицца школьная ТТК	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	28-80
	<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>		
75	Пирожок со сгущенным молоком	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	13-80
	<i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>		
50	Булочка домашняя	Mg-6, ВитаминЕ-3, К-49, P-36, Са-3, Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31	4-20
	<i>мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, яйцо, соль</i>		
	Итого за Выпечка	Са-2 371, Fe-50, К-7 310, Mg-806, P-4 403, В1-5, ВитаминЕ-102, Калорийность-13 506, Белки-345, Жиры-315, Углеводы-2 307, ВитаминС-117	83-60
	Итого за день	Са-2 947, Fe-62, К-9 338, Mg-991, P-5 246, В1-6, ВитаминЕ-141, Калорийность-16 586, Белки-520, Жиры-468, Углеводы-2 557, ВитаминС-161	178-40

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>			
110	Биточки из свинины <i>мясо свинины (бек), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-558, Fe-8, К-785, Mg-112, P-549, B1-1, ВитаминЕ-31, Калорийность-2 970, Белки-182, Жиры-163, Углеводы-189, ВитаминС-3	38-90
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-168, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-26	8-99
60	Бутерброды с сыром <i>хлеб пшеничный, сыр голландский, масло сливочное</i>	К-72, P-164, Са-238, ВитаминЕ-1, Fe-1, Mg-16, Калорийность-275, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-25	24-62
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-49
Итого за Завтрак		Са-819, Fe-10, К-953, Mg-152, P-778, B1-1, ВитаминЕ-42, Калорийность-3 473, Белки-197, Жиры-182, Углеводы-255, ВитаминС-3	75-00
<u>Обед</u>			
50	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-4, P-7, К-73, Mg-5, Калорийность-6, Углеводы-1, ВитаминС-6	4-57
250	Суп картофельный с яйцом <i>картофель, яйцо, мясо говядины, морковь, лук, масло сливочное, соль, лавровый лист</i>	Са-82, Fe-4, К-820, Mg-44, P-272, ВитаминЕ-1, Калорийность-152, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-24	21-33
190	Рагу из птицы <i>картофель, мясо птицы 40, капуста, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, соль, мука пшеничная, лавровый лист</i>	К-595, ВитаминЕ-3, Mg-32, P-73, Са-19, Fe-1, Калорийность-226, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-17, ВитаминС-21	27-54
200	Компот из черной и красной смородины <i>смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок</i>	Са-30, Fe-1, К-251, Mg-19, P-26, Калорийность-131, Белки-1, Углеводы-30, ВитаминС-20	19-18
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Обед		Са-135, P-378, К-1 739, ВитаминЕ-4, Fe-6, Mg-100, Калорийность-607, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-89, ВитаминС-71	75-00
Итого за день		Са-954, Fe-16, К-2 692, Mg-252, P-1 156, B1-1, ВитаминЕ-46, Калорийность-4 080, Белки-222, Жиры-200, Углеводы-344, ВитаминС-74	150-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
120	Биточки из свинины <i>мясо свинины (бек), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-608, Fe-8, К-857, Mg-122, P-599, В1-2, ВитаминЕ-34, Калорийность-3 240, Белки-199, Жиры-178, Углеводы-206, ВитаминС-4	43-00
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-168, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-26	8-99
50	Бутерброды с сыром <i>хлеб пшеничный, сыр голландский, масло сливочное</i>	К-60, P-137, Са-198, ВитаминЕ-1, Fe-1, Mg-14, Калорийность-229, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-21	20-52
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-49
Итого за Завтрак		Са-829, Fe-10, К-1 013, Mg-160, P-801, В1-2, ВитаминЕ-45, Калорийность-3 697, Белки-212, Жиры-194, Углеводы-268, ВитаминС-4	75-00
Итого за день		Са-829, Fe-10, К-1 013, Mg-160, P-801, В1-2, ВитаминЕ-45, Калорийность-3 697, Белки-212, Жиры-194, Углеводы-268, ВитаминС-4	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>			
120	Биточки из свинины <i>мясо свинины (бек), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-608, Fe-8, К-857, Mg-122, P-599, В1-2, ВитаминЕ-34, Калорийность-3 240, Белки-199, Жиры-178, Углеводы-206, ВитаминС-4	43-00
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-168, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-26	8-99
50	Бутерброды с сыром <i>хлеб пшеничный, сыр голландский, масло сливочное</i>	К-60, P-137, Са-198, ВитаминЕ-1, Fe-1, Mg-14, Калорийность-229, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-21	20-52
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-49
Итого за Завтрак		Са-829, Fe-10, К-1 013, Mg-160, P-801, В1-2, ВитаминЕ-45, Калорийность-3 697, Белки-212, Жиры-194, Углеводы-268, ВитаминС-4	75-00
Итого за день		Са-829, Fe-10, К-1 013, Mg-160, P-801, В1-2, ВитаминЕ-45, Калорийность-3 697, Белки-212, Жиры-194, Углеводы-268, ВитаминС-4	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.