

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
265	Суп с макаронными изделиями мясом <i>мясо птицы 40, вермишель, мясо свинины (беск), морковь, лук, масло сливочное, соль, томатная паста, лавровый лист</i>	Са-12, Fe-1, К-80, Mg-10, P-31, ВитаминЕ-4, Калорийность-170, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-16, ВитаминС-2	16-70
70	Котлеты из филе птицы панированные <i>филе цыпленка бройлера 40, хлеб пшеничный, яйцо, масло сливочное</i>	Са-79, Fe-4, К-324, Mg-46, P-234, ВитаминЕ-4, Калорийность-220, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-15	35-90
150	Плов <i>мясо свинины (беск), рис, морковь, томатная паста, лук, масло растительное, соль</i>	ВитаминЕ-2, Fe-1, Mg-24, Са-8, P-64, К-112, Калорийность-322, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-24, ВитаминС-3	33-70
150	Картофельное пюре 1 <i>картофель, молоко цельное, масло сливочное, соль</i>	К-424, Fe-1, P-53, Са-23, Mg-18, Калорийность-136, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-18, ВитаминС-14	11-70
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-122, Fe-7, К-940, Mg-98, P-382, ВитаминЕ-10, Калорийность-1 000, Белки-45, Жиры-45, Углеводы-108, ВитаминС-19	102-90
<u>Выпечка</u>			
60	Пирожки с яйцом <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-21, Fe-4, К-350, Mg-46, P-259, ВитаминЕ-25, Калорийность-1 447, Белки-32, Жиры-52, Углеводы-213	9-40
75	Пирожки с капустой <i>мука пшеничная, капуста, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-180, Fe-7, К-1 354, Mg-109, P-423, В1-1, ВитаминЕ-25, Калорийность-1 818, Белки-47, Жиры-49, Углеводы-298, ВитаминС-135	6-90
75	Пирожок со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	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
50	Булочка домашняя <i>мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, яйцо, соль</i>	Mg-6, ВитаминЕ-3, К-49, P-36, Са-3, Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31	4-20
113	Пицца школьная ТТК <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, P-1 876, В1-1, ВитаминЕ-12, Калорийность-3 312, Белки-127, Жиры-117, Углеводы-435, ВитаминС-50	28-80
75	Ватрушка с повидло <i>мука пшеничная, повидло разное, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	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
Итого за Выпечка		Са-2 370, Fe-42, К-6 470, Mg-715, P-4 115, В1-4, ВитаминЕ-103, Калорийность-11 878, Белки-312, Жиры-309, Углеводы-1 951, ВитаминС-189	72-60
Итого за день		Са-2 492, Fe-49, К-7 410, Mg-813, P-4 497, В1-4, ВитаминЕ-113, Калорийность-12 878, Белки-357, Жиры-354, Углеводы-2 059, ВитаминС-208	175-50

_____ Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Директор

Дьячкова Е.Ю.

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>			
90	Котлеты из филе птицы панированные <i>филе цыпленка бройлера 40, хлеб пшеничный, яйцо, масло сливочное</i>	Са-102, Fe-5, К-416, Mg-59, P-301, ВитаминЕ-6, Калорийность-282, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-19	51-80
150	Картофельное пюре 1 <i>картофель, молоко цельное, масло сливочное, соль</i>	К-424, Fe-1, P-53, Са-23, Mg-18, Калорийность-136, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-18, ВитаминС-14	11-77
187	Чай с лимоном <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Са-3, К-11, Mg-1, P-1, Калорийность-58, Углеводы-14, ВитаминС-5	2-86
33	Кондитерское изделие <i>сода, мука пшеничная в/с, сахарная пудра, масло сливочное, повидло разное, сахарный песок, яйцо, какао, соль</i>	Са-3, К-20, P-14, Калорийность-111, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-26	8-57
Итого за Завтрак		Са-131, Fe-6, К-871, Mg-78, P-369, ВитаминЕ-6, Калорийность-587, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-77, ВитаминС-19	75-00
<u>Обед</u>			
15	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-1, P-2, К-22, Mg-2, Калорийность-2, ВитаминС-2	1-29
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-170, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-16, ВитаминС-2	23-01
170	Плов <i>мясо свинины (бек), рис, морковь, томатная паста, лук, масло растительное, соль</i>	ВитаминЕ-3, Fe-1, Mg-28, Са-9, P-73, К-127, Калорийность-365, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-28, ВитаминС-3	38-21
180	Сок	К-216, Са-6, P-29, Fe-1, Mg-11, Калорийность-77, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-9	10-11
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Обед		Са-28, P-135, К-445, ВитаминЕ-7, Fe-3, Mg-51, Калорийность-706, Белки-32, Жиры-27, Углеводы-82, ВитаминС-16	75-00
Итого за день		Са-159, Fe-9, К-1 316, Mg-129, P-504, ВитаминЕ-13, Калорийность-1 293, Белки-54, Жиры-52, Углеводы-159, ВитаминС-35	150-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В. Повар _____ Коровкина Н.М.

Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-1, Р-1, К-15, Mg-1, Калорийность-1, ВитаминС-1	0-91
90	Котлеты из филе птицы панированные <i>филе цыпленка бройлера 40, хлеб пшеничный, яйцо, масло сливочное</i>	Са-102, Fe-5, К-416, Mg-59, P-301, ВитаминЕ-6, Калорийность-282, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-19	50-95
150	Картофельное пюре 1 <i>картофель, молоко цельное, масло сливочное, соль</i>	К-424, Fe-1, P-53, Са-23, Mg-18, Калорийность-136, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-18, ВитаминС-14	11-70
187	Чай с лимоном <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Са-3, К-11, Mg-1, P-1, Калорийность-58, Углеводы-14, ВитаминС-5	2-86
33	Кондитерское изделие <i>сода, мука пшеничная в/с, сахарная пудра, масло сливочное, повидло разное, сахарный песок, яйцо, какао, соль</i>	Са-3, К-20, P-14, Калорийность-111, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-26	8-57
Итого за Завтрак		Са-132, P-370, К-886, ВитаминЕ-6, Fe-6, Mg-79, Калорийность-588, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-77, ВитаминС-20	74-99
Итого за день		Са-132, P-370, К-886, ВитаминЕ-6, Fe-6, Mg-79, Калорийность-588, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-77, ВитаминС-20	74-99

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>			
15	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-1, Р-2, К-22, Mg-2, Калорийность-2, ВитаминС-2	1-37
90	Котлеты из филе птицы панированные <i>филе цыпленка бройлера 40, хлеб пшеничный, яйцо, масло сливочное</i>	Са-102, Fe-5, К-416, Mg-59, Р-301, ВитаминЕ-6, Калорийность-282, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-19	50-50
150	Картофельное пюре 1 <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	11-70
187	Чай с лимоном <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Са-3, К-11, Mg-1, Р-1, Калорийность-58, Углеводы-14, ВитаминС-5	2-86
33	Кондитерское изделие <i>сода, мука пшеничная в/с, сахарная пудра, масло сливочное, повидло разное, сахарный песок, яйцо, какао, соль</i>	Са-3, К-20, Р-14, Калорийность-111, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-26	8-57
Итого за Завтрак		Са-132, Р-371, К-893, ВитаминЕ-6, Fe-6, Mg-80, Калорийность-589, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-77, ВитаминС-21	75-00
Итого за день		Са-132, Р-371, К-893, ВитаминЕ-6, Fe-6, Mg-80, Калорийность-589, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-77, ВитаминС-21	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.