

Директор

Дьячкова Е.Ю.

**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>			
190	<b>Запеканка из творога с молоком сгущенным</b> <i>творог, яйцо, молоко сгущенное, молоко цельное, мука пшеничная, крупа манная, сахарный песок, масло сливочное, панировочные сухари, соль</i>	Mg-20, P-155, Ca-140, K-141, Калорийность-471, Белки-29, Жиры-17, Углеводы-49	<b>70-20</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-40</b>
30	<b>хлеб пшеничный</b>	Ca-6, K-28, Mg-4, P-20, Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	<b>2-40</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Mg-24, P-175, Ca-146, K-169, Калорийность-610, Белки-31, Жиры-18, Углеводы-79	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
10	<b>Огурец свежий</b>	P-2, K-10, Ca-1, Mg-1, Калорийность-1	<b>1-73</b>
250	<b>Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной</b> <i>свекла красная, мясо птицы 40, капуста, картофель, мясо свинины (бек), мясо говядины, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, сметана, сахарный песок, соль, чеснок, лимонная кислота</i>	Ca-45, Fe-1, K-405, Mg-27, P-57, ВитаминЕ-2, Калорийность-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13, ВитаминС-22	<b>15-17</b>
100	<b>Птица бедро отварное соусом</b> <i>бедро цыпленка бройлера 40, сметана, масло сливочное, томатная паста, лук, мука пшеничная, соль</i>	K-8, Mg-1, Ca-2, P-3, Калорийность-298, Белки-21, Жиры-23, ВитаминС-1	<b>46-67</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Mg-84, K-158, P-125, Ca-12, Fe-3, Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43	<b>7-67</b>
180	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14	<b>2-16</b>
20	<b>хлеб пшеничный</b>	Ca-4, K-19, Mg-3, P-13, Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	<b>1-60</b>
<b>Итого за Обед</b>		P-200, K-600, ВитаминЕ-2, Ca-64, Fe-4, Mg-116, Калорийность-806, Белки-34, Жиры-39, Углеводы-80, ВитаминС-23	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Mg-140, P-375, Ca-210, Fe-4, ВитаминЕ-2, K-769, Калорийность-1 416, Белки-65, Жиры-57, Углеводы-159, ВитаминС-23	<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>			
100	<b>Птица бедро отварное соусом</b> <i>бедро цыпленка бройлера 40, сметана, масло сливочное, томатная паста, лук, мука пшеничная, соль</i>	К-8, Mg-1, Са-2, P-3, Калорийность-298, Белки-21, Жиры-23, ВитаминС-1	<b>45-08</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <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	<b>12-02</b>
180	<b>Компот из черной и красной смородины</b> <i>смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок</i>	Са-27, Fe-1, К-226, Mg-17, P-24, Калорийность-124, Углеводы-30, ВитаминС-18	<b>16-30</b>
20	<b>хлеб пшеничный</b>	Са-4, К-19, Mg-3, P-13, Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	<b>1-60</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		К-411, Fe-4, Mg-105, Са-45, P-165, Калорийность-753, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-83, ВитаминС-19	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		К-411, Fe-4, Mg-105, Са-45, P-165, Калорийность-753, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-83, ВитаминС-19	<b>75-00</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>			
100	<b>Птица бедро отварное соусом</b> <i>бедро цыпленка бройлера 40, сметана, масло сливочное, томатная паста, лук, мука пшеничная, соль</i>	К-8, Mg-1, Са-2, Р-3, Калорийность-298, Белки-21, Жиры-23, ВитаминС-1	<b>44-66</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>крупя гречневая, масло сливочное, соль</i>	Mg-84, К-158, Р-125, Са-12, Fe-3, Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43	<b>12-90</b>
185	<b>Компот из черной и красной смородины</b> <i>смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок</i>	Са-27, Fe-1, К-232, Mg-18, Р-24, Калорийность-128, Углеводы-31, ВитаминС-19	<b>16-75</b>
20	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10	<b>0-69</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		К-398, Fe-4, Mg-103, Са-41, Р-152, Калорийность-751, Белки-31, Жиры-31, Углеводы-84, ВитаминС-20	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		К-398, Fe-4, Mg-103, Са-41, Р-152, Калорийность-751, Белки-31, Жиры-31, Углеводы-84, ВитаминС-20	<b>75-00</b>

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)
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной</b> <i>свекла красная, мясо птицы 40, капуста, картофель, мясо свинины (бек), мясо говядины, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, сметана, сахарный песок, соль, чеснок, лимонная кислота</i>	Ca-45, Fe-1, K-405, Mg-27, P-57, ВитаминЕ-2, Калорийность-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13, ВитаминС-22	<b>17-20</b>
150	<b>Запеканка из творога с молоком сгущенным</b> <i>творог, яйцо, молоко сгущенное, молоко цельное, мука пшеничная, крупа манная, сахарный песок, масло сливочное, панирочные сухари, соль</i>	Mg-16, P-122, Ca-111, K-111, Калорийность-372, Белки-23, Жиры-13, Углеводы-39	<b>55-10</b>
100	<b>Птица бедро отварное соусом</b> <i>бедро цыпленка бройлера 40, сметана, масло сливочное, томатная паста, лук, мука пшеничная, соль</i>	K-8, Mg-1, Ca-2, P-3, Калорийность-298, Белки-21, Жиры-23, ВитаминС-1	<b>48-90</b>
155	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b> <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Ca-23, Fe-1, K-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	<b>9-00</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-40</b>
40	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	<b>2-40</b>
<b>Итого за Обед</b>		Ca-181, Fe-2, K-620, Mg-68, P-247, ВитаминЕ-12, Калорийность-1 189, Белки-54, Жиры-52, Углеводы-121, ВитаминС-23	<b>135-00</b>
<b><u>Выпечка</u></b>			
113	<b>Пицца школьная ТТК</b> <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	<b>30-90</b>
75	<b>Пирожки с вишней</b> <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	<b>10-80</b>
50	<b>Булочка домашняя</b> <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	<b>4-40</b>
60	<b>Пирожки с яйцом</b> <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	<b>9-50</b>
75	<b>Пирожки с капустой</b> <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	<b>6-90</b>
75	<b>Ватрушка с творогом</b> <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	<b>12-80</b>
75	<b>Пирожок со сгущенным молоком</b> <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	<b>13-80</b>
<b>Итого за Выпечка</b>		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	<b>89-10</b>

---

**Итого за день** Са-1 102, Fe-33, К-2 696, Mg-247, P-2 747, **224-10**  
ВитаминЕ-30, Калорийность-3 617,  
Белки-218, Жиры-225, Углеводы-173,  
ВитаминС-46

Медсестра \_\_\_\_\_ Прокофьева Г.В. Повар \_\_\_\_\_ Коровкина Н.М.