

Платники

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. 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-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-24 | 15-40 |
| 90 | Биточки из свинины <i>мясо свинины (бек), молоко цельное, хлеб пшеничный, панчурочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i> | Са-456, Fe-6, К-642, Mg-92, P-449, В1-1, ВитаминЕ-26, Калорийность-288, Белки-13, Жиры-21, Углеводы-12, ВитаминС-3 | 30-90 |
| 175 | Рагу из птицы <i>картофель, мясо птицы 40, капуста, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, соль, мука пшеничная, лавровый лист</i> | К-548, ВитаминЕ-3, Mg-29, P-67, Са-17, Fe-1, Калорийность-208, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-15, ВитаминС-19 | 28-60 |
| 150 | Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i> | Са-22, Fe-1, К-93, Mg-24, P-63, ВитаминЕ-9, Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33 | 8-70 |
| 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-577, Fe-12, К-2 103, Mg-189, P-851, В1-1, ВитаминЕ-39, Калорийность-1 037, Белки-40, Жиры-47, Углеводы-116, ВитаминС-46 | 88-40 |

Выпечка

| | | | |
|-----|--|--|---------------|
| 60 | Пирожки с яйцом | Са-21, Fe-4, К-350, Mg-46, P-259, ВитаминЕ-25, Калорийность-156, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-21 | 9-60 |
| | <i>яйцо, мука пшеничная, 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 | 9-80 |
| | <i>яйцо, мука пшеничная, повидло разное, 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>яйцо, мука пшеничная, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, масло сливочное, 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 | 33-80 |
| | <i>яйцо, мука пшеничная, филе цыпленка бройлера 40, сыр российский, томатная паста, сметана, огурцы соленые, масло сливочное, сахарный песок, дрожжи, соль, масло растительное</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, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</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> | | |
| | Итого за Выпечка | Са-2 371, Fe-50, К-7 310, Mg-806, P-4 403, В1-5, ВитаминЕ-102, Калорийность-12 215, Белки-320, Жиры-268, Углеводы-2 115, ВитаминС-117 | 89-10 |
| | Итого за день | Са-2 948, Fe-62, К-9 413, Mg-995, P-5 254, В1-6, ВитаминЕ-141, Калорийность-13 252, Белки-360, Жиры-315, Углеводы-2 231, ВитаминС-163 | 177-50 |

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> | | | |
| 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-384, Белки-17, Жиры-29, Углеводы-16, ВитаминС-4 | 41-34 |
| 150 | Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i> | Са-22, Fe-1, К-93, Mg-24, P-63, ВитаминЕ-9, Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33 | 10-72 |
| 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-153, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-18 | 20-52 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i> | Калорийность-60, Углеводы-15 | 2-42 |
| Итого за Завтрак | | Са-828, Fe-10, К-1 010, Mg-160, P-799, В1-2, ВитаминЕ-44, Калорийность-834, Белки-29, Жиры-45, Углеводы-82, ВитаминС-4 | 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-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-24 | 13-21 |
| 200 | Рагу из птицы <i>картофель, мясо птицы 40, капуста, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, соль, мука пшеничная, лавровый лист</i> | К-626, ВитаминЕ-3, Mg-34, P-77, Са-20, Fe-1, Калорийность-238, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-17, ВитаминС-22 | 32-67 |
| 200 | Компот из свежих плодов (2 вар) <i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i> | P-6, Са-8, Mg-5, К-52, Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-15 | 13-61 |
| 40 | хлеб ржаной | Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20 | 2-38 |
| 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 | 8-56 |
| Итого за Обед | | Са-117, P-376, К-1 591, ВитаминЕ-4, Fe-5, Mg-88, Калорийность-741, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-135, ВитаминС-67 | 75-00 |
| Итого за день | | Са-945, Fe-15, К-2 601, Mg-248, P-1 175, В1-2, ВитаминЕ-48, Калорийность-1 575, Белки-55, Жиры-64, Углеводы-217, ВитаминС-71 | 150-00 |

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) |
|-------------------------|--|--|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 120 | Биточки из свинины <i>мясо свинины (беск), 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-384, Белки-17, Жиры-29, Углеводы-16, ВитаминС-4 | 41-15 |
| 150 | Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i> | Са-22, Fe-1, К-93, Mg-24, P-63, ВитаминЕ-9, Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33 | 8-66 |
| 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-153, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-18 | 22-77 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i> | Калорийность-60, Углеводы-15 | 2-42 |
| Итого за Завтрак | | Са-828, Fe-10, К-1 010, Mg-160, P-799, В1-2, ВитаминЕ-44, Калорийность-834, Белки-29, Жиры-45, Углеводы-82, ВитаминС-4 | 75-00 |
| Итого за день | | Са-828, Fe-10, К-1 010, Mg-160, P-799, В1-2, ВитаминЕ-44, Калорийность-834, Белки-29, Жиры-45, Углеводы-82, 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 (беск), 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-384, Белки-17, Жиры-29, Углеводы-16, ВитаминС-4 | 41-15 |
| 150 | Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i> | Са-22, Fe-1, К-93, Mg-24, P-63, ВитаминЕ-9, Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33 | 8-66 |
| 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-153, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-18 | 22-77 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i> | Калорийность-60, Углеводы-15 | 2-42 |
| Итого за Завтрак | | Са-828, Fe-10, К-1 010, Mg-160, P-799, В1-2, ВитаминЕ-44, Калорийность-834, Белки-29, Жиры-45, Углеводы-82, ВитаминС-4 | 75-00 |
| Итого за день | | Са-828, Fe-10, К-1 010, Mg-160, P-799, В1-2, ВитаминЕ-44, Калорийность-834, Белки-29, Жиры-45, Углеводы-82, ВитаминС-4 | 75-00 |

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