

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 бобовыми с мясом <i>картофель, мясо птицы 40, горох, мясо говядины, мясо свинины (бек), морковь, лук, масло растительное, масло сливочное, соль</i>	Са-44, Fe-2, К-497, Mg-39, P-109, ВитаминЕ-3, Калорийность-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-12	15-90
80	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-104, Са-27, Mg-10, P-71, ВитаминЕ-2, Калорийность-237, Белки-11, Жиры-14, Углеводы-14, ВитаминС-1	30-10
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
150	Голубцы с мясом и рисом <i>капуста, мясо говядины, сметана, лук, морковь, мука пшеничная, масло растительное, рис, томатная паста, соль, масло сливочное</i>	Mg-14, P-36, К-169, ВитаминЕ-1, Са-26, Калорийность-123, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминС-23	22-50
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-120, Fe-4, К-866, Mg-87, P-281, ВитаминЕ-16, Калорийность-847, Белки-32, Жиры-29, Углеводы-108, ВитаминС-36	82-40

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	9-50
	<i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, 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	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>		
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	33-90
	<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	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>		
50	Булочка домашняя	Mg-6, ВитаминЕ-3, К-49, P-36, Са-3, Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31	4-30
	<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	88-90
	Итого за день	Са-2 491, Fe-54, К-8 176, Mg-893, P-4 684, В1-5, ВитаминЕ-118, Калорийность-14 353, Белки-377, Жиры-344, Углеводы-2 415, ВитаминС-153	171-30

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>			
100	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-130, Са-33, Mg-13, P-89, ВитаминЕ-2, Калорийность-296, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-18, ВитаминС-1	37-57
160	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-24, Fe-1, К-102, Mg-26, P-69, ВитаминЕ-10, Калорийность-179, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-28	9-57
207	Чай с лимоном <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Са-3, К-12, Mg-1, P-2, Калорийность-64, Углеводы-15, ВитаминС-6	2-96
200	Мандарины	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16, ВитаминС-120	24-83
Итого за Завтрак		Fe-2, К-244, Са-60, Mg-40, P-160, ВитаминЕ-12, Калорийность-614, Белки-21, Жиры-21, Углеводы-77, ВитаминС-127	74-93
<u>Обед</u>			
30	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-2, P-4, К-44, Mg-3, Калорийность-4, Углеводы-1, ВитаминС-4	2-74
250	Суп картофельный с бобовыми с мясом <i>картофель, мясо птицы 40, горох, мясо говядины, мясо свинины (беск), морковь, лук, масло растительное, масло сливочное, соль</i>	Са-44, Fe-2, К-497, Mg-39, P-109, ВитаминЕ-3, Калорийность-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-12	15-85
180	Голубцы с мясом и рисом <i>капуста, мясо говядины, сметана, лук, морковь, мука пшеничная, масло растительное, рис, томатная паста, соль, масло сливочное</i>	Mg-17, P-43, К-203, ВитаминЕ-1, Fe-1, Са-32, Калорийность-147, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-13, ВитаминС-27	26-02
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	19-45
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	8-57
Итого за Обед		Са-111, P-196, К-1 015, ВитаминЕ-4, Fe-4, Mg-78, Калорийность-652, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-112, ВитаминС-63	75-01
Итого за день		Fe-6, К-1 259, Са-171, Mg-118, P-356, ВитаминЕ-16, Калорийность-1 266, Белки-42, Жиры-35, Углеводы-189, ВитаминС-190	149-94

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	Котлета из мяса птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-156, Са-40, Mg-15, P-107, ВитаминЕ-3, Калорийность-355, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-21, ВитаминС-1	45-08
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	7-61
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-49
20	хлеб ржаной	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10	1-19
150	Мандарины	Калорийность-56, Белки-1, Углеводы-12, ВитаминС-90	18-63
Итого за Завтрак		Fe-2, К-252, Са-63, Mg-39, P-172, ВитаминЕ-13, Калорийность-685, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-84, ВитаминС-91	75-00
Итого за день		Fe-2, К-252, Са-63, Mg-39, P-172, ВитаминЕ-13, Калорийность-685, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-84, ВитаминС-91	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>			
100	Котлета из мяса птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, K-130, Ca-33, Mg-13, P-89, ВитаминE-2, Калорийность-296, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-18, ВитаминC-1	35-41
160	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Ca-24, Fe-1, K-102, Mg-26, P-69, ВитаминE-10, Калорийность-179, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-28	10-00
200	Сок	K-240, Ca-7, P-32, Fe-1, Mg-12, Калорийность-85, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминC-10	11-26
1	Шоколадка		17-14
20	хлеб ржаной	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10	1-19
Итого за Завтрак		Fe-3, K-472, Ca-64, Mg-51, P-190, ВитаминE-12, Калорийность-606, Белки-21, Жиры-21, Углеводы-76, ВитаминC-11	75-00
Итого за день		Fe-3, K-472, Ca-64, Mg-51, P-190, ВитаминE-12, Калорийность-606, Белки-21, Жиры-21, Углеводы-76, ВитаминC-11	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.