

**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>			
200	<b>Оладьи со сгущенным молоком</b> <i>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-172, Fe-1, К-212, Mg-21, P-140, ВитаминЕ-3, Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминС-1	<b>39-36</b>
200	<b>Йогурт питьевой</b>	Са-224, К-274, Mg-26, P-172, Калорийность-131, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-22, ВитаминС-1	<b>14-59</b>
150	<b>Мандарины</b>	Калорийность-56, Белки-1, Углеводы-12, ВитаминС-90	<b>18-63</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-42</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Са-396, Fe-1, К-486, Mg-47, P-312, ВитаминЕ-3, Калорийность-799, Белки-22, Жиры-18, Углеводы-138, ВитаминС-92	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
6	<b>горошек зеленый (консервы)</b>	Са-1, К-6, Mg-1, P-4, Калорийность-2, ВитаминС-1	<b>1-25</b>
265	<b>Суп с макаронными изделиями мясом</b> <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-145, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-52, ВитаминС-2	<b>15-94</b>
90	<b>Гуляш из свинины</b> <i>мясо свинины (бек), лук, томатная паста, масло растительное, мука пшеничная, соль</i>	К-67, Mg-5, ВитаминЕ-2, P-12, Са-5, Калорийность-278, Белки-10, Жиры-25, Углеводы-3, ВитаминС-3	<b>30-11</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>12-75</b>
180	<b>Сок</b>	К-216, Са-6, P-29, Fe-1, Mg-11, Калорийность-77, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-9	<b>12-57</b>
40	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	<b>2-38</b>
<b>Итого за Обед</b>		Са-36, Fe-5, К-527, Mg-111, P-201, ВитаминЕ-6, Калорийность-873, Белки-28, Жиры-40, Углеводы-136, ВитаминС-15	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Са-432, Fe-6, К-1 013, Mg-158, P-513, ВитаминЕ-9, Калорийность-1 672, Белки-50, Жиры-58, Углеводы-274, ВитаминС-107	<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>			
200	<b>Оладьи со сгущенным молоком</b> <i>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-172, Fe-1, К-212, Mg-21, P-140, ВитаминЕ-3, Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминС-1	<b>40-01</b>
200	<b>Йогурт питьевой</b>	Са-224, К-274, Mg-26, P-172, Калорийность-131, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-22, ВитаминС-1	<b>18-08</b>
180	<b>Яблоки</b>	Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1, ВитаминС-4	<b>14-49</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-42</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Са-396, Fe-1, К-486, Mg-47, P-312, ВитаминЕ-3, Калорийность-823, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-127, ВитаминС-6	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Са-396, Fe-1, К-486, Mg-47, P-312, ВитаминЕ-3, Калорийность-823, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-127, ВитаминС-6	<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>			
200	<b>Оладьи со сгущенным молоком</b> <i>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-172, Fe-1, К-212, Mg-21, P-140, ВитаминЕ-3, Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминС-1	<b>42-05</b>
200	<b>Йогурт питьевой</b>	Са-224, К-274, Mg-26, P-172, Калорийность-131, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-22, ВитаминС-1	<b>16-04</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-42</b>
180	<b>Яблоки</b>	Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1, ВитаминС-4	<b>14-49</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Са-396, Fe-1, К-486, Mg-47, P-312, ВитаминЕ-3, Калорийность-823, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-127, ВитаминС-6	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Са-396, Fe-1, К-486, Mg-47, P-312, ВитаминЕ-3, Калорийность-823, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-127, ВитаминС-6	<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>			
260	<b>Суп с макаронными изделиями мясом</b> <i>мясо птицы 40, вермишель, мясо свинины (беск), морковь, лук, масло сливочное, соль, томатная паста, лавровый лист</i>	Ca-12, Fe-1, K-78, Mg-9, P-30, ВитаминЕ-4, Калорийность-142, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-51, ВитаминС-2	<b>17-30</b>
150	<b>Оладьи со сгущенным молоком</b> <i>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Ca-129, K-159, Mg-16, P-105, ВитаминЕ-2, Калорийность-414, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-67	<b>24-00</b>
80	<b>Гуляш из свинины</b> <i>мясо свинины (беск), лук, томатная паста, масло растительное, мука пшеничная, соль</i>	K-60, Mg-5, ВитаминЕ-2, P-11, Ca-4, Калорийность-247, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-2, ВитаминС-2	<b>26-80</b>
150	<b>Рис отварной</b> <i>рис, масло сливочное, соль</i>	Ca-4, P-55, Mg-18, K-37, Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39	<b>12-40</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-149, Fe-1, K-334, Mg-48, P-201, ВитаминЕ-8, Калорийность-1 183, Белки-31, Жиры-47, Углеводы-194, ВитаминС-4	<b>85-30</b>
<b><u>Выпечка</u></b>			
60	<b>Пирожки с яйцом</b> <i>яйцо, мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Ca-21, Fe-4, K-350, Mg-46, P-259, ВитаминЕ-25, Калорийность-156, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-21	<b>9-60</b>
75	<b>Пирожки с капустой</b> <i>яйцо, мука пшеничная, капуста, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Ca-180, Fe-7, K-1 354, Mg-109, P-423, B1-1, ВитаминЕ-25, Калорийность-1 818, Белки-47, Жиры-49, Углеводы-298, ВитаминС-135	<b>6-90</b>
75	<b>Ватрушка с творогом</b> <i>яйцо, мука пшеничная, творог, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Ca-475, Fe-6, K-781, Mg-126, P-944, B1-1, ВитаминЕ-21, Калорийность-2 208, Белки-93, Жиры-64, Углеводы-313, ВитаминС-1	<b>12-84</b>
75	<b>Пирожок со сгущенным молоком</b> <i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Ca-818, Fe-5, K-1 403, Mg-145, P-896, B1-1, ВитаминЕ-17, Калорийность-2 614, Белки-59, Жиры-44, Углеводы-496, ВитаминС-3	<b>13-80</b>
50	<b>Булочка домашняя</b> <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Mg-6, ВитаминЕ-3, K-49, P-36, Ca-3, Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31	<b>4-20</b>
<b>Итого за Выпечка</b>		Ca-1 497, Fe-22, K-3 937, Mg-432, P-2 558, B1-3, ВитаминЕ-91, Калорийность-6 995, Белки-210, Жиры-169, Углеводы-1 159, ВитаминС-139	<b>47-34</b>
<b>Итого за день</b>		Ca-1 646, Fe-23, K-4 271, Mg-480, P-2 759, B1-3, ВитаминЕ-99, Калорийность-8 178, Белки-241, Жиры-216, Углеводы-1 353, ВитаминС-143	<b>132-64</b>