

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
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	15-10
70	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-91, Са-23, Mg-9, P-62, ВитаминЕ-2, Калорийность-207, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-13, ВитаминС-1	26-50
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
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-90, Fe-4, К-684, Mg-72, P-236, ВитаминЕ-15, Калорийность-694, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-96, ВитаминС-13	55-50
Выпечка			
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	9-50
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	33-90
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
75	Пирожки с вишней <i>мука пшеничная, вишня, сахарный песок, масло сливочное, яйцо, дрожжи, соль</i>	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
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
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	4-30
Итого за Выпечка		Са-2 485, Fe-47, К-7 507, Mg-832, P-4 475, В1-5, ВитаминЕ-109, Калорийность-13 310, Белки-350, Жиры-330, Углеводы-2 222, ВитаминС-227	88-70
Итого за день		Са-2 575, Fe-51, К-8 191, Mg-904, P-4 711, В1-5, ВитаминЕ-124, Калорийность-14 004, Белки-373, Жиры-352, Углеводы-2 318, ВитаминС-240	144-20

_____ 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>			
200	Каша рисовая молочная жидкая <i>молоко цельное, рис, сахарный песок, масло сливочное, соль</i>	Р-103, Са-111, Mg-20, К-144, Калорийность-165, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-40, ВитаминС-1	16-03
50	Бутерброды горячие с сыром <i>хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное</i>	Р-96, Mg-9, К-42, Са-139, Калорийность-168, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-15	18-53
200	Груши	Калорийность-91, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1, ВитаминС-8	23-00
200	Какао с молоком витаминизированное <i>молоко цельное, сахарный песок, какао, какао витошка</i>	Са-6, Fe-1, К-61, Mg-17, P-26, Калорийность-119, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18	17-44
Итого за Завтрак		Р-225, Са-256, Fe-1, Mg-46, К-247, Калорийность-543, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-74, ВитаминС-9	75-00
<u>Обед</u>			
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	15-01
90	Котлета из мяса птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-117, Са-30, Mg-12, P-80, ВитаминЕ-2, Калорийность-267, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-16, ВитаминС-1	34-06
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	9-89
200	Компот из свежих плодов (2 вар) <i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>	Р-6, Са-8, Mg-5, К-52, Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-15	13-66
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Обед		Са-105, Fe-4, К-762, Mg-80, P-260, ВитаминЕ-15, Калорийность-836, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-134, ВитаминС-28	75-00
Итого за день		Р-485, Са-361, Fe-5, Mg-126, ВитаминЕ-15, К-1 009, Калорийность-1 379, Белки-42, Жиры-49, Углеводы-208, ВитаминС-37	150-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Директор

Дьячкова Е.Ю.

Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-4, Р-7, К-73, Mg-5, Калорийность-6, Углеводы-1, ВитаминС-6	4-57
105	Котлета из мяса птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-137, Са-35, Mg-14, Р-94, ВитаминЕ-2, Калорийность-311, Белки-14, Жиры-18, Углеводы-19, ВитаминС-1	39-74
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, Р-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-168, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-26	15-54
200	Компот из свежих плодов (2 вар) <i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>	Р-6, Са-8, Mg-5, К-52, Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-15	13-66
25	хлеб ржаной	Калорийность-58, Белки-2, Углеводы-12	1-49
Итого за Завтрак		Са-70, Р-172, К-358, ВитаминЕ-12, Fe-2, Mg-48, Калорийность-685, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-108, ВитаминС-22	75-00
Итого за день		Са-70, Р-172, К-358, ВитаминЕ-12, Fe-2, Mg-48, Калорийность-685, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-108, ВитаминС-22	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>			
50	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-4, Р-7, К-73, Mg-5, Калорийность-6, Углеводы-1, ВитаминС-6	4-57
110	Котлета из мяса птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-143, Са-37, Mg-14, Р-98, ВитаминЕ-2, Калорийность-326, Белки-15, Жиры-19, Углеводы-20, ВитаминС-1	41-30
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, Р-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-168, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-26	10-00
200	Компот из свежих плодов (2 вар) <i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>	Р-6, Са-8, Mg-5, К-52, Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-15	13-66
25	хлеб ржаной	Калорийность-58, Белки-2, Углеводы-12	1-49
50	Яблоки	Калорийность-22, ВитаминС-1	3-98
Итого за Завтрак		Са-72, Р-176, К-364, ВитаминЕ-12, Fe-2, Mg-48, Калорийность-722, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-109, ВитаминС-23	75-00
Итого за день		Са-72, Р-176, К-364, ВитаминЕ-12, Fe-2, Mg-48, Калорийность-722, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-109, ВитаминС-23	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.