

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 (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	21-10
90	Котлета из мясо 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-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминС-1	34-10
155	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	9-00
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-97, Fe-4, К-710, Mg-75, P-254, ВитаминЕ-15, Калорийность-807, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-106, ВитаминС-13	69-00
Выпечка			
60	Пирожки с яйцом <i>яйцо, мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-337, Fe-15, К-854, Mg-73, P-1 172, ВитаминЕ-6, Калорийность-1 009, Белки-78, Жиры-75, Углеводы-6	9-50
50	Булочка домашняя <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-12, Fe-1, К-28, Mg-2, P-39, ВитаминЕ-4, Калорийность-130, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-7	4-20
75	Ватрушка с творогом <i>яйцо, мука пшеничная, творог, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-111, Fe-3, К-194, Mg-20, P-284, ВитаминЕ-2, Калорийность-274, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-5	14-30
113	Пицца школьная ТТК <i>яйцо, мука пшеничная, филе цыпленка бройлера 40, сыр российский, томатная паста, сметана, огурцы соленые, масло сливочное, сахарный песок, дрожжи, соль, масло растительное</i>	Са-158, Fe-3, К-259, Mg-22, P-258, ВитаминЕ-1, Калорийность-264, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-6, ВитаминС-5	34-70
75	Пирожки с капустой <i>яйцо, мука пшеничная, капуста, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-140, Fe-6, К-403, Mg-32, P-438, ВитаминЕ-3, Калорийность-408, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-6, ВитаминС-14	6-80
75	Пирожок со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-129, Fe-2, К-217, Mg-19, P-224, ВитаминЕ-2, Калорийность-244, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-17	13-80
75	Пирожки с вишней <i>яйцо, мука пшеничная, вишня для напитков и пирогов, сахарный песок, масло сливочное, дрожжи, соль</i>	Са-34, Fe-1, К-121, Mg-11, P-85, Калорийность-99, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-4	10-80
Итого за Выпечка		Са-921, Fe-31, К-2 076, Mg-179, P-2 500, ВитаминЕ-18, Калорийность-2 428, Белки-164, Жиры-173, Углеводы-52, ВитаминС-23	94-10
Итого за день		Са-1 018, Fe-35, К-2 786, Mg-254, P-2 754, ВитаминЕ-33, Калорийность-3 235, Белки-195, Жиры-201, Углеводы-158, ВитаминС-36	163-10

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-101, Са-108, Mg-20, К-140, Калорийность-160, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-39, ВитаминС-1	16-90
80	Бутерброды горячие с сыром <i>хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное</i>	Р-154, Mg-15, К-68, ВитаминЕ-1, Fe-1, Са-223, Калорийность-235, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-25	29-87
200	Кофейный напиток с молоком 1 <i>молоко цельное, сахарный песок, кофейный напиток</i>	К-73, Mg-7, P-45, Са-60, Калорийность-120, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18, ВитаминС-1	14-67
103	Мандарины	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8, ВитаминС-62	13-56
Итого за Завтрак		Р-300, Са-391, Fe-1, Mg-42, ВитаминЕ-1, К-281, Калорийность-553, Белки-28, Жиры-30, Углеводы-90, ВитаминС-64	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	16-99
100	Котлета из мяса 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-270, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-17, ВитаминС-1	37-93
155	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	6-66
180	Компот из свежих плодов (2 вар) <i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>	Р-5, Са-7, Mg-5, К-46, Калорийность-128, Углеводы-45, ВитаминС-14	12-23
20	хлеб ржаной	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10	1-19
Итого за Обед		Са-107, Fe-4, К-769, Mg-81, P-268, ВитаминЕ-15, Калорийность-856, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-128, ВитаминС-27	75-00
Итого за день		Р-568, Са-498, Fe-5, Mg-123, ВитаминЕ-16, К-1 050, Калорийность-1 409, Белки-59, Жиры-59, Углеводы-218, ВитаминС-91	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>			
30	горошек зеленый (консервы)	Са-6, К-30, Mg-6, P-19, Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-3	6-82
110	Котлета из мяса птицы	Fe-1, К-143, Са-37, Mg-14, P-98, ВитаминЕ-2, Калорийность-297, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-19, ВитаминС-1	41-72
<i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>			
155	Макаронные изделия отварные с маслом	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	10-49
<i>рожки, масло сливочное, соль</i>			
200	Компот из свежих плодов (2 вар)	P-6, Са-8, Mg-5, К-52, Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-15	13-59
<i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>			
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Завтрак		Са-74, Fe-2, К-321, Mg-49, P-188, ВитаминЕ-12, Калорийность-788, Белки-30, Жиры-25, Углеводы-125, ВитаминС-19	75-00
Итого за день		Са-74, Fe-2, К-321, Mg-49, P-188, ВитаминЕ-12, Калорийность-788, Белки-30, Жиры-25, Углеводы-125, ВитаминС-19	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Директор

Дьячкова Е.Ю.

Соц нач школа

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
30	горошек зеленый (консервы)	Са-6, К-30, Mg-6, P-19, Калорийность-12, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-3	6-96
120	Котлета из мяса птицы	Fe-1, К-156, Са-40, Mg-15, P-107, ВитаминЕ-3, Калорийность-324, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-20, ВитаминС-1	39-49
<i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>			
155	Макаронные изделия отварные с маслом	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	8-95
<i>рожки, масло сливочное, соль</i>			
200	Компот из свежих плодов (2 вар)	P-6, Са-8, Mg-5, К-52, Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-15	9-23
<i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>			
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-32
100	Яблоки	Калорийность-44, ВитаминС-2	8-05
Итого за Завтрак		Са-77, Fe-2, К-334, Mg-50, P-197, ВитаминЕ-13, Калорийность-859, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-126, ВитаминС-21	75-00
Итого за день		Са-77, Fe-2, К-334, Mg-50, P-197, ВитаминЕ-13, Калорийность-859, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-126, ВитаминС-21	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.