

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
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	23-00
90	Биточки из свинины <i>мясо свинины (беск), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-456, Fe-6, К-642, Mg-92, P-449, В1-1, ВитаминЕ-26, Калорийность-2 430, Белки-149, Жиры-134, Углеводы-155, ВитаминС-3	30-90
150	Рагу из птицы <i>картофель, мясо птицы 40, капуста, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, соль, мука пшеничная, лавровый лист</i>	К-470, ВитаминЕ-2, Mg-25, P-57, Са-15, Fe-1, Калорийность-178, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-13, ВитаминС-17	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-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	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-576, Fe-12, К-2 028, Mg-185, P-843, В1-1, ВитаминЕ-39, Калорийность-3 157, Белки-174, Жиры-158, Углеводы-258, ВитаминС-44	94-30
Выпечка			
75	Пирожки с яблоками <i>яйцо, мука пшеничная, яблоки для компота, пироги, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	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	6-20
75	Ватрушка с повидло <i>яйцо, мука пшеничная, повидло разное, 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	8-70
75	Пирожки с вишней <i>яйцо, мука пшеничная, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, масло сливочное, 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	10-30
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-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	32-20
50	Булочка домашняя <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Mg-6, ВитаминЕ-3, К-49, P-36, Са-3, Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31	4-00
Итого за Выпечка		Са-1 532, Fe-41, К-5 557, Mg-615, P-3 248, В1-4, ВитаминЕ-60, Калорийность-9 445, Белки-254, Жиры-219, Углеводы-1 598, ВитаминС-114	61-40
Итого за день		Са-2 108, Fe-53, К-7 585, Mg-800, P-4 091, В1-5, ВитаминЕ-99, Калорийность-12 602, Белки-428, Жиры-377, Углеводы-1 856, ВитаминС-158	155-70

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>			
110	Биточки из свинины <i>мясо свинины (бек), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-558, Fe-8, К-785, Mg-112, P-549, B1-1, ВитаминЕ-31, Калорийность-2 970, Белки-182, Жиры-163, Углеводы-189, ВитаминС-3	37-73
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-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	8-64
60	Бутерброды с сыром <i>хлеб пшеничный, сыр голландский, масло сливочное</i>	К-72, P-164, Са-238, ВитаминЕ-1, Fe-1, Mg-16, Калорийность-183, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-22	26-17
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-46
Итого за Завтрак		Са-819, Fe-10, К-953, Mg-152, P-778, B1-1, ВитаминЕ-42, Калорийность-3 458, Белки-196, Жиры-181, Углеводы-260, ВитаминС-3	75-00
<u>Обед</u>			
17	Огурец свежий	P-3, К-17, Са-1, Mg-1, Калорийность-1, ВитаминС-1	1-94
270	Суп картофельный с яйцом <i>картофель, яйцо, мясо говядины, морковь, лук, масло сливочное, соль, лавровый лист</i>	Са-88, Fe-4, К-886, Mg-47, P-293, ВитаминЕ-1, Калорийность-164, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-26	16-89
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	26-08
200	Кисель из плодов или ягод свежих <i>вишня, клюква для напитка, смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок, крахмал</i>	Са-4, P-5, Mg-2, К-13, Калорийность-58, Углеводы-14, ВитаминС-2	10-10
46	хлеб ржаной	Калорийность-106, Белки-3, Углеводы-23	2-76
66	Кондитерское изделие <i>сода, мука пшеничная в/с, сахарная пудра, масло сливочное, повидло разное, сахарный песок, яйцо, какао, соль</i>	Са-6, К-40, P-27, Калорийность-222, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-51	17-23
Итого за Обед		P-395, К-1 504, ВитаминЕ-4, Са-116, Fe-5, Mg-79, Калорийность-759, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-125, ВитаминС-48	75-00
Итого за день		Са-935, Fe-15, К-2 457, Mg-231, P-1 173, B1-1, ВитаминЕ-46, Калорийность-4 217, Белки-221, Жиры-200, Углеводы-385, ВитаминС-51	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>			
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, B1-2, ВитаминЕ-34, Калорийность-3 240, Белки-199, Жиры-178, Углеводы-206, ВитаминС-4	41-16
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-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	8-96
50	Бутерброды с маслом <i>хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Mg-5, К-38, ВитаминЕ-1, Са-10, P-28, Калорийность-177, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-19	13-85
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-46
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 Завтрак		Са-644, Fe-9, К-1 011, Mg-151, P-706, B1-2, ВитаминЕ-45, Калорийность-3 833, Белки-209, Жиры-198, Углеводы-300, ВитаминС-4	75-00
Итого за день		Са-644, Fe-9, К-1 011, Mg-151, P-706, B1-2, ВитаминЕ-45, Калорийность-3 833, Белки-209, Жиры-198, Углеводы-300, ВитаминС-4	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>			
110	Биточки из свинины <i>мясо свинины (бек), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-558, Fe-8, К-785, Mg-112, P-549, B1-1, ВитаминЕ-31, Калорийность-2 970, Белки-182, Жиры-163, Углеводы-189, ВитаминС-3	36-77
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-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	8-96
60	Бутерброды с маслом <i>хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Fe-1, Mg-6, К-45, ВитаминЕ-1, Са-12, P-33, Калорийность-212, Белки-4, Жиры-12, Углеводы-22	15-74
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-46
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	11-07
Итого за Завтрак		Са-596, Fe-10, К-946, Mg-142, P-661, B1-1, ВитаминЕ-42, Калорийность-3 598, Белки-193, Жиры-185, Углеводы-286, ВитаминС-3	75-00
Итого за день		Са-596, Fe-10, К-946, Mg-142, P-661, B1-1, ВитаминЕ-42, Калорийность-3 598, Белки-193, Жиры-185, Углеводы-286, ВитаминС-3	75-00
_____ Медсестра _____ Прокофьева Г.В.		Повар _____ Коровкина Н.М.	