

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	17-58
60	Бутерброды горячие с сыром <i>хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное</i>	Р-115, Mg-11, К-51, ВитаминЕ-1, Fe-1, Са-167, Калорийность-176, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-19	21-61
200	Бананы	Са-16, Fe-1, К-696, Mg-84, P-56, ВитаминЕ-1, Калорийность-192, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-42, ВитаминС-20	18-40
200	Какао с молоком витаминизированое <i>молоко цельное, сахарный песок, какао, какао витошка</i>	Са-6, Fe-1, К-61, Mg-17, P-26, Калорийность-190, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-33	17-41
Итого за Завтрак		Р-298, Са-297, Fe-3, Mg-132, ВитаминЕ-2, К-948, Калорийность-718, Белки-26, Жиры-29, Углеводы-133, ВитаминС-21	75-00
<u>Обед</u>			
10	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-1, P-1, К-15, Mg-1, Калорийность-1, ВитаминС-1	3-22
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	15-15
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-270, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-17, ВитаминС-1	37-59
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-22, Fe-1, К-93, Mg-24, P-63, ВитаминЕ-9, Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33	8-66
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	8-00
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Обед		Са-107, P-267, К-781, ВитаминЕ-14, Fe-4, Mg-82, Калорийность-895, Белки-33, Жиры-29, Углеводы-137, ВитаминС-28	75-00
Итого за день		Р-565, Са-404, Fe-7, Mg-214, ВитаминЕ-16, К-1 729, Калорийность-1 613, Белки-59, Жиры-58, Углеводы-270, ВитаминС-49	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
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-297, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-19, ВитаминС-1	41-35
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-22, Fe-1, К-93, Mg-24, Р-63, ВитаминЕ-9, Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33	13-10
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	13-60
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Завтрак		Са-71, Р-174, К-361, ВитаминЕ-11, Fe-2, Mg-48, Калорийность-774, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-123, ВитаминС-22	75-00
Итого за день		Са-71, Р-174, К-361, ВитаминЕ-11, Fe-2, Mg-48, Калорийность-774, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-123, ВитаминС-22	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Соц нач школа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
31	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-2, Р-4, К-45, Mg-3, Калорийность-4, Углеводы-1, ВитаминС-4	2-81
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-297, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-19, ВитаминС-1	42-45
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-22, Fe-1, К-93, Mg-24, Р-63, ВитаминЕ-9, Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33	11-39
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	12-24
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
90	Яблоки	Калорийность-40, ВитаминС-2	3-73
Итого за Завтрак		Са-68, Р-170, К-327, ВитаминЕ-11, Fe-2, Mg-46, Калорийность-798, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-118, ВитаминС-21	75-00
Итого за день		Са-68, Р-170, К-327, ВитаминЕ-11, Fe-2, Mg-46, Калорийность-798, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-118, ВитаминС-21	75-00

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)
<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	16-00
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	33-80
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-22, Fe-1, К-93, Mg-24, P-63, ВитаминЕ-9, Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33	8-70
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-96, Fe-4, К-707, Mg-75, P-252, ВитаминЕ-14, Калорийность-799, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-105, ВитаминС-13	63-30
<u>Выпечка</u>			
60	Пирожки с яйцом <i>яйцо, мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-21, Fe-4, К-350, Mg-46, P-259, ВитаминЕ-25, Калорийность-156, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-21	9-50
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	4-20
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	9-80
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	29-70
75	Пирожки с капустой <i>яйцо, мука пшеничная, капуста, 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>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	10-80
Итого за Выпечка		Са-2 485, Fe-47, К-7 507, Mg-832, P-4 475, В1-5, ВитаминЕ-109, Калорийность-12 019, Белки-325, Жиры-283, Углеводы-2 030, ВитаминС-227	84-70
Итого за день		Са-2 581, Fe-51, К-8 214, Mg-907, P-4 727, В1-5, ВитаминЕ-123, Калорийность-12 818, Белки-356, Жиры-311, Углеводы-2 135, ВитаминС-240	148-00

_____ Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.