

Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
30	Кукуруза консервированная		7-05
120	Тефтели (вариант 2)из свинины соусом сметанным с томатом	Са-13, Mg-8, ВитаминЕ-5, К-53, Р-28, Калорийность-243, Белки-8, Жиры-18, Углеводы-13, ВитаминС-2	25-00
	<i>мясо свинины (бек), лук, сметана, мука пшеничная, масло растительное, рис, томатная паста, соль</i>		
180	Картофельное пюре 1	К-508, Fe-1, P-64, Са-27, Mg-22, Калорийность-196, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-26, ВитаминС-8	19-48
	<i>картофель, молоко цельное, масло сливочное, соль</i>		
207	Чай с лимоном	Са-3, К-12, Mg-1, P-2, Калорийность-64, Углеводы-15, ВитаминС-6	3-09
	<i>сахарный песок, лимон, чай</i>		
40	хлеб пшеничный	Са-8, К-37, Mg-6, P-26, Калорийность-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	3-20
187	Бананы	Са-15, Fe-1, К-651, Mg-79, P-52, ВитаминЕ-1, Калорийность-180, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-39, ВитаминС-19	17-18
	Итого за Завтрак	Са-66, Fe-2, Mg-116, ВитаминЕ-6, К-1 261, P-172, Калорийность-788, Белки-18, Жиры-28, Углеводы-114, ВитаминС-35	75-00
	Итого за день	Са-66, Fe-2, Mg-116, ВитаминЕ-6, К-1 261, P-172, Калорийность-788, Белки-18, Жиры-28, Углеводы-114, ВитаминС-35	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Соц нач школа

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	горошек зеленый (консервы)	Са-10, К-50, Mg-11, P-31, Калорийность-20, Белки-2, Углеводы-3, ВитаминС-5	11-37
120	Тефтели (вариант 2)из свинины соусом сметанным с томатом	Са-13, Mg-8, ВитаминЕ-5, К-53, P-28, Калорийность-243, Белки-8, Жиры-18, Углеводы-13, ВитаминС-2	25-38
<i>мясо свинины (беск), лук, сметана, мука пшеничная, масло растительное, рис, томатная паста, соль</i>			
180	Картофельное пюре 1	К-508, Fe-1, P-64, Са-27, Mg-22, Калорийность-196, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-26, ВитаминС-8	16-39
<i>картофель, молоко цельное, масло сливочное, соль</i>			
207	Чай с лимоном	Са-3, К-12, Mg-1, P-2, Калорийность-64, Углеводы-15, ВитаминС-6	3-09
<i>сахарный песок, лимон, чай</i>			
40	хлеб пшеничный	Са-8, К-37, Mg-6, P-26, Калорийность-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	3-20
60	Кондитерское изделие	Са-5, К-36, P-25, Калорийность-201, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-47	15-57
<i>сода, мука пшеничная в/с, сахарная пудра, масло сливочное, повидло разное, сахарный песок, яйцо, какао, соль</i>			
Итого за Завтрак			75-00
Итого за день			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>			
265	Суп картофельный с рыбой <i>картофель, минтай, морковь, лук, масло сливочное, соль, лавровый лист</i>	Са-11, Р-30, ВитаминЕ-1, К-253, Mg-12, Калорийность-133, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-21, ВитаминС-9	14-60
60	Печень по-строгановски <i>печень, сметана, лук, масло растительное, мука пшеничная, соль, масло сливочное</i>	Са-4, Р-139, К-123, Fe-3, Mg-8, ВитаминЕ-2, Калорийность-117, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-2, ВитаминС-15	24-20
110	Тефтели (вариант 2)из свинины соусом сметанным с томатом <i>мясо свинины (беск), лук, сметана, мука пшеничная, масло растительное, рис, томатная паста, соль</i>	Са-11, Mg-8, ВитаминЕ-5, К-49, Р-26, Калорийность-223, Белки-7, Жиры-16, Углеводы-12, ВитаминС-2	22-90
150	Картофельное пюре 1 <i>картофель, молоко цельное, масло сливочное, соль</i>	К-424, Fe-1, Р-53, Са-23, Mg-18, Калорийность-163, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22, ВитаминС-7	11-10
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-40
20	хлеб ржаной	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10	1-20
Итого за Обед		Са-49, Р-248, Fe-4, ВитаминЕ-8, К-849, Mg-46, Калорийность-742, Белки-24, Жиры-34, Углеводы-82, ВитаминС-33	76-40
<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, Р-259, ВитаминЕ-25, Калорийность-156, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-21	9-50
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, Р-1 876, В1-1, ВитаминЕ-12, Калорийность-3 312, Белки-127, Жиры-117, Углеводы-435, ВитаминС-50	28-90
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, Р-896, В1-1, ВитаминЕ-17, Калорийность-2 614, Белки-59, Жиры-44, Углеводы-496, ВитаминС-3	13-80
75	Пирожки с яблоками <i>яйцо, мука пшеничная, яблоки для компота ,пирогов, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-66, Fe-10, К-1 157, Mg-83, Р-351, В1-1, ВитаминЕ-18, Калорийность-2 014, Белки-42, Жиры-34, Углеводы-383, ВитаминС-25	7-10
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, Р-625, В1-1, ВитаминЕ-21, Калорийность-2 488, Белки-43, Жиры-40, Углеводы-478, ВитаминС-1	9-80
50	Булочка домашняя <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Mg-6, ВитаминЕ-3, К-49, Р-36, Са-3, Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31	4-20
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, Р-360, В1-1, ВитаминЕ-6, Калорийность-1 432, Белки-38, Жиры-21, Углеводы-271, ВитаминС-38	10-80
Итого за Выпечка		Са-2 371, Fe-50, К-7 310, Mg-806, Р-4 403, В1-5, ВитаминЕ-102, Калорийность-12 215, Белки-320, Жиры-268, Углеводы-2 115, ВитаминС-117	84-10

Итого за день В1-5, Са-2 420, Р-4 651, Fe-54,
ВитаминЕ-110, К-8 159, Mg-852,
Калорийность-12 957, Белки-344,
Жиры-302, Углеводы-2 197, ВитаминС-150

160-50

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>			
50	Кукуруза консервированная	Са-21, К-68, Mg-7, P-21, Калорийность-29, Белки-1, Углеводы-6, ВитаминС-2	11-76
120	Тeftели (вариант 2)из свинины соусом сметанным с томатом	Са-13, Mg-8, ВитаминЕ-5, К-53, P-28, Калорийность-243, Белки-8, Жиры-18, Углеводы-13, ВитаминС-2	25-00
<i>мясо свинины (беск), лук, сметана, мука пшеничная, масло растительное, рис, томатная паста, соль</i>			
180	Картофельное пюре 1	К-508, Fe-1, P-64, Са-27, Mg-22, Калорийность-196, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-26, ВитаминС-8	16-54
<i>картофель, молоко цельное, масло сливочное, соль</i>			
207	Чай с лимоном	Са-3, К-12, Mg-1, P-2, Калорийность-64, Углеводы-15, ВитаминС-6	3-09
<i>сахарный песок, лимон, чай</i>			
20	хлеб пшеничный	Са-4, К-19, Mg-3, P-13, Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	1-60
1	Шоколадка		17-02
Итого за Завтрак		Са-68, Fe-1, К-660, Mg-41, P-128, ВитаминЕ-5, Калорийность-584, Белки-15, Жиры-27, Углеводы-70, ВитаминС-18	75-01
<u>Обед</u>			
5	горошек зеленый (консервы)	Са-1, К-5, Mg-1, P-3, Калорийность-2, ВитаминС-1	1-13
265	Суп картофельный с рыбой	Са-11, P-30, ВитаминЕ-1, К-253, Mg-12, Калорийность-133, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-21, ВитаминС-9	14-63
<i>картофель, минтай, морковь, лук, масло сливочное, соль, лавровый лист</i>			
100	Печень по-строгановски	Са-7, P-232, К-205, Fe-5, Mg-13, ВитаминЕ-3, Калорийность-195, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-4, ВитаминС-24	32-53
<i>печень, сметана, лук, масло растительное, мука пшеничная, соль, масло сливочное</i>			
150	Рис отварной	Са-4, P-55, Mg-18, К-37, Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39	12-41
<i>рис, масло сливочное, соль</i>			
180	Сок	К-216, Са-6, P-29, Fe-1, Mg-11, Калорийность-77, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-9	12-95
20	хлеб ржаной	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10	1-34
Итого за Обед		Са-29, Fe-6, К-716, Mg-55, P-349, ВитаминЕ-4, Калорийность-681, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-92, ВитаминС-43	74-99
Итого за день		Са-97, Fe-7, К-1 376, Mg-96, P-477, ВитаминЕ-9, Калорийность-1 265, Белки-40, Жиры-50, Углеводы-162, ВитаминС-61	150-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.