

Директор

Дьячкова Е.Ю.

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>			
190	Запеканка из творога с молоком сгущенным <i>творог, яйцо, молоко сгущенное, молоко цельное, мука пшеничная, крупа манная, сахарный песок, масло сливочное, панировочные сухари, соль</i>	Mg-20, P-155, Ca-140, K-141, Калорийность-471, Белки-29, Жиры-17, Углеводы-49	70-99
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-41
20	хлеб пшеничный	Ca-4, K-19, Mg-3, P-13, Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	1-60
Итого за Завтрак		Mg-23, P-168, Ca-144, K-160, Калорийность-583, Белки-31, Жиры-18, Углеводы-74	75-00
<u>Обед</u>			
12	Огурец свежий	P-2, K-12, Ca-1, Mg-1, Калорийность-1	1-40
250	Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной <i>свекла красная, мясо птицы 40, капуста, картофель, мясо свинины (бек), мясо говядины, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, сметана, сахарный песок, соль, чеснок, лимонная кислота</i>	Ca-45, Fe-1, K-403, Mg-27, P-57, ВитаминЕ-2, Калорийность-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13, ВитаминС-22	17-25
90	Птица бедро отварное соусом <i>бедро цыпленка бройлера 40, сметана, масло сливочное, томатная паста, лук, мука пшеничная, соль</i>	K-7, Ca-2, P-3, Калорийность-268, Белки-19, Жиры-21	43-66
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Mg-84, K-158, P-125, Ca-12, Fe-3, Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43	7-90
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-41
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Обед		P-187, K-580, ВитаминЕ-2, Ca-60, Fe-4, Mg-112, Калорийность-822, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-91, ВитаминС-22	75-00
Итого за день		Mg-135, P-355, Ca-204, Fe-4, ВитаминЕ-2, K-740, Калорийность-1 405, Белки-64, Жиры-54, Углеводы-165, ВитаминС-22	150-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Директор

Дьячкова Е.Ю.

Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
90	Птица бедро отварное соусом <i>бедро цыпленка бройлера 40, сметана, масло сливочное, томатная паста, лук, мука пшеничная, соль</i>	К-7, Са-2, Р-3, Калорийность-268, Белки-19, Жиры-21	43-66
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Мg-84, К-158, Р-125, Са-12, Fe-3, Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43	11-97
200	Компот из черной и красной смородины <i>смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок</i>	Са-30, Fe-1, К-251, Mg-19, P-26, Калорийность-138, Углеводы-33, ВитаминС-20	18-18
20	хлеб ржаной	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10	1-19
Итого за Завтрак		К-416, Fe-4, Mg-103, Са-44, P-154, Калорийность-731, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-86, ВитаминС-20	75-00
Итого за день		К-416, Fe-4, Mg-103, Са-44, P-154, Калорийность-731, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-86, ВитаминС-20	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>			
95	Птица бедро отварное соусом <i>бедро цыпленка бройлера 40, сметана, масло сливочное, томатная паста, лук, мука пшеничная, соль</i>	К-8, Са-2, Р-3, Калорийность-283, Белки-20, Жиры-22, ВитаминС-1	46-00
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Мg-84, К-158, Р-125, Са-12, Fe-3, Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43	11-45
180	Компот из черной и красной смородины <i>смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок</i>	Са-27, Fe-1, К-226, Mg-17, P-24, Калорийность-124, Углеводы-30, ВитаминС-18	16-36
20	хлеб ржаной	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10	1-19
Итого за Завтрак		К-392, Fe-4, Mg-101, Са-41, P-152, Калорийность-732, Белки-30, Жиры-30, Углеводы-83, ВитаминС-19	75-00
Итого за день		К-392, Fe-4, Mg-101, Са-41, P-152, Калорийность-732, Белки-30, Жиры-30, Углеводы-83, ВитаминС-19	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
250	Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной <i>свекла красная, мясо птицы 40, капуста, картофель, мясо свинины (бек), мясо говядины, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, сметана, сахарный песок, соль, чеснок, лимонная кислота</i>	Са-45, Fe-1, К-403, Mg-27, P-57, ВитаминЕ-2, Калорийность-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13, ВитаминС-22	16-20
150	Запеканка из творога с молоком сгущенным <i>творог, яйцо, молоко сгущенное, молоко цельное, мука пшеничная, крупа манная, сахарный песок, масло сливочное, панировочные сухари, соль</i>	Mg-16, P-122, Са-111, К-111, Калорийность-372, Белки-23, Жиры-13, Углеводы-39	55-10
80	Птица бедро отварное соусом <i>бедро цыпленка бройлера 40, сметана, масло сливочное, томатная паста, лук, мука пшеничная, соль</i>	К-6, Са-2, P-3, Калорийность-239, Белки-17, Жиры-19	37-30
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Mg-84, К-158, P-125, Са-12, Fe-3, Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43	12-80
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-193, Fe-5, К-774, Mg-151, P-372, ВитаминЕ-12, Калорийность-1 409, Белки-59, Жиры-56, Углеводы-164, ВитаминС-22	135-20

Выпечка

113	Пицца школьная ТТК	Са-158, Fe-3, К-259, Mg-22, P-258, ВитаминЕ-1, Калорийность-264, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-6, ВитаминС-5	29-70
	<i>яйцо, мука пшеничная, филе цыпленка бройлера 40, сыр российский, томатная паста, сметана, огурцы соленые, масло сливочное, сахарный песок, дрожжи, соль, масло растительное</i>		
75	Пирожки с вишней	Са-34, Fe-1, К-121, Mg-11, P-85, Калорийность-99, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-4	10-80
	<i>яйцо, мука пшеничная, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, масло сливочное, дрожжи, соль</i>		
50	Булочка домашняя	Са-12, Fe-1, К-28, Mg-2, P-39, ВитаминЕ-4, Калорийность-130, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-7	4-20
	<i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>		
60	Пирожки с яйцом	Са-337, Fe-15, К-854, Mg-73, P-1 172, ВитаминЕ-6, Калорийность-1 009, Белки-78, Жиры-75, Углеводы-6	9-50
	<i>яйцо, мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>		
75	Пирожки с капустой	Са-140, Fe-6, К-403, Mg-32, P-438, ВитаминЕ-3, Калорийность-408, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-6, ВитаминС-14	6-90
	<i>яйцо, мука пшеничная, капуста, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>		
75	Пирожок со сгущенным молоком	Са-129, Fe-2, К-217, Mg-19, P-224, ВитаминЕ-2, Калорийность-244, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-17	13-80
	<i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>		
75	Ватрушка с творогом	Са-111, Fe-3, К-194, Mg-20, P-284, ВитаминЕ-2, Калорийность-274, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-5	12-80
	<i>яйцо, мука пшеничная, творог, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>		
	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	87-70
	Итого за день	Са-1 114, Fe-36, К-2 850, Mg-330, P-2 872, ВитаминЕ-30, Калорийность-3 837, Белки-223, Жиры-229, Углеводы-216, ВитаминС-45	222-90

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.