

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
265	Суп с макаронными изделиями мясом <i>мясо птицы 40, вермишель, мясо свинины (беск), морковь, лук, масло сливочное, соль, томатная паста, лавровый лист</i>	Калорийность-145, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-52, ВитаминС-2, Са-12, Fe-1	18-30
90	Котлета натуральная из филе курицы <i>филе цыпленка бройлера 40, хлеб пшеничный, яйцо, масло сливочное</i>	Калорийность-282, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-19, Са-102, Fe-5	47-60
150	Плов <i>мясо свинины (беск), рис, морковь, томатная паста, лук, масло растительное, соль</i>	Калорийность-288, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-32, ВитаминС-3, Са-8, Fe-1	54-10
150	Картофельное пюре <i>картофель, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22, ВитаминС-18, Са-28, Fe-1	14-10
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		Калорийность-1 031, Белки-37, Жиры-44, Углеводы-160, ВитаминС-23, Са-150, Fe-8	139-00
<u>Выпечка</u>			
60	Пирожки с яйцом <i>яйцо, мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Калорийность-1 009, Белки-78, Жиры-75, Углеводы-6, Са-337, Fe-15	9-90
75	Пирожки с капустой <i>яйцо, мука пшеничная, капуста, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Калорийность-408, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-6, ВитаминС-14, Са-140, Fe-6	7-40
75	Пирожки с вишней <i>яйцо, мука пшеничная, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, масло сливочное, дрожжи, соль</i>	Калорийность-99, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-4, Са-34, Fe-1	13-00
75	Пирожок со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Калорийность-244, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-17, Са-129, Fe-2	14-10
50	Булочка домашняя <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Калорийность-130, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-7, Са-12, Fe-1	4-10
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>	Калорийность-264, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-6, ВитаминС-5, Са-158, Fe-3	36-20
75	Ватрушка с повидло <i>яйцо, мука пшеничная, повидло разное, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Калорийность-260, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-22, Са-57, Fe-3	9-80
Итого за Выпечка		Калорийность-2 414, Белки-155, Жиры-167, Углеводы-69, ВитаминС-23, Са-867, Fe-31	94-50
Итого за день		Калорийность-3 445, Белки-192, Жиры-211, Углеводы-229, ВитаминС-46, Са-1 017, Fe-39	233-50

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>			
4	Огурец свежий		0-57
90	Котлета натуральная из филе курицы <i>филе цыпленка бройлера 40, хлеб пшеничный, яйцо, масло сливочное</i>	Калорийность-282, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-19, Са-102, Fe-5	53-37
150	Картофельное пюре <i>картофель, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22, ВитаминС-18, Са-28, Fe-1	15-86
187	Чай с лимоном <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Калорийность-58, Углеводы-14, ВитаминС-5, Са-3	3-60
20	хлеб пшеничный	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Са-4	1-60
Итого за Завтрак		Калорийность-556, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-65, ВитаминС-23, Са-137, Fe-6	75-00
Итого за день		Калорийность-556, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-65, ВитаминС-23, Са-137, Fe-6	75-00

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>			
7	Огурец свежий	Са-1	0-99
95	Котлета натуральная из филе курицы <i>филе цыпленка бройлера 40, хлеб пшеничный, яйцо, масло сливочное</i>	Калорийность-298, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-20, Са-107, Fe-5	54-51
150	Картофельное пюре <i>картофель, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22, ВитаминС-18, Са-28, Fe-1	14-12
187	Чай с лимоном <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Калорийность-58, Углеводы-14, ВитаминС-5, Са-3	3-60
20	хлеб пшеничный	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Са-4	1-78
Итого за Завтрак		Калорийность-572, Белки-23, Жиры-27, Углеводы-66, ВитаминС-23, Са-143, Fe-6	75-00
Итого за день		Калорийность-572, Белки-23, Жиры-27, Углеводы-66, ВитаминС-23, Са-143, Fe-6	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
5	Огурец свежий		1-17
95	Котлета натуральная из филе курицы <i>филе цыпленка бройлера 40, хлеб пшеничный, яйцо, масло сливочное</i>	Калорийность-298, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-20, Са-107, Fe-5	54-56
150	Картофельное пюре <i>картофель, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22, ВитаминС-18, Са-28, Fe-1	14-07
187	Чай с лимоном <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Калорийность-58, Углеводы-14, ВитаминС-5, Са-3	3-60
20	хлеб пшеничный	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Са-4	1-60
Итого за Завтрак		Калорийность-572, Белки-23, Жиры-27, Углеводы-66, ВитаминС-23, Са-142, Fe-6	75-00
<u>Обед</u>			
250	Суп с макаронными изделиями мясом <i>мясо птицы 40, вермишель, мясо свинины (беск), морковь, лук, масло сливочное, соль, томатная паста, лавровый лист</i>	Калорийность-137, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, ВитаминС-2, Са-12, Fe-1	17-26
150	Плов <i>мясо свинины (беск), рис, морковь, томатная паста, лук, масло растительное, соль</i>	Калорийность-288, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-32, ВитаминС-3, Са-8, Fe-1	45-50
200	Компот из черной и красной смородины <i>смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок</i>	Калорийность-138, Углеводы-33, ВитаминС-20, Са-30, Fe-1	10-46
30	хлеб ржаной	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15	1-78
Итого за Обед		Калорийность-632, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-129, ВитаминС-25, Са-50, Fe-3	75-00
Итого за день		Калорийность-1 204, Белки-39, Жиры-45, Углеводы-195, ВитаминС-48, Са-192, Fe-9	150-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.