

# Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Обед</u></b>			
260	<b>Суп с макаронными изделиями мясом</b> <i>мясо птицы 40, вермишель, мясо свинины (беск), морковь, лук, масло сливочное, соль, томатная паста, лавровый лист</i>	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-51, ВитаминС-2, Са-12, Fe-1	<b>23-60</b>
150	<b>Оладьи со сгущенным молоком</b> <i>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Калорийность-414, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-67, Са-129	<b>25-60</b>
90	<b>Гуляш из свинины</b> <i>мясо свинины (беск), лук, томатная паста, масло растительное, мука пшеничная, соль</i>	Калорийность-278, Белки-10, Жиры-25, Углеводы-3, ВитаминС-3, Са-5	<b>44-20</b>
150	<b>Рис отварной</b> <i>рис, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39, Са-4	<b>13-50</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-50</b>
40	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	<b>2-40</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-1 214, Белки-33, Жиры-49, Углеводы-195, ВитаминС-5, Са-150, Fe-1	<b>111-80</b>
<b><u>Выпечка</u></b>			
60	<b>Пирожки с яйцом</b> <i>яйцо, мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Калорийность-1 009, Белки-78, Жиры-75, Углеводы-6, Са-337, Fe-15	<b>9-90</b>
113	<b>Пицца школьная ТТК</b> <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	<b>33-70</b>
75	<b>Пирожки с вишней</b> <i>яйцо, мука пшеничная, вишня для напитков и пирогов, сахарный песок, масло сливочное, дрожжи, соль</i>	Калорийность-99, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-4, Са-34, Fe-1	<b>13-00</b>
75	<b>Пирожок со сгущенным молоком</b> <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	<b>14-00</b>
75	<b>Пирожки с капустой</b> <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	<b>7-40</b>
75	<b>Ватрушка с творогом</b> <i>яйцо, мука пшеничная, творог, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Калорийность-274, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-5, Са-111, Fe-3	<b>14-30</b>
50	<b>Булочка домашняя</b> <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Калорийность-130, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-7, Са-12, Fe-1	<b>4-10</b>
<b>Итого за Выпечка</b>		Калорийность-2 428, Белки-164, Жиры-173, Углеводы-52, ВитаминС-23, Са-921, Fe-31	<b>96-40</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-3 642, Белки-197, Жиры-222, Углеводы-247, ВитаминС-28, Са-1 071, Fe-32	<b>208-20</b>

Директор

Дьячкова Е.Ю.

**ОВЗ**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
150	<b>Оладьи со сгущенным молоком</b> <small>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</small>	Калорийность-414, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-67, Са-129	<b>32-13</b>
125	<b>Снежок</b>		<b>12-36</b>
111	<b>Мандарины</b>	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-9, ВитаминС-67	<b>27-97</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахарный песок, чай</small>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-53</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-515, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-91, ВитаминС-67, Са-129	<b>74-99</b>
<b><u>Обед</u></b>			
5	<b>Огурец свежий</b>		<b>0-70</b>
250	<b>Суп с макаронными изделиями мясом</b> <small>мясо птицы 40, вермишель, мясо свинины (беск), морковь, лук, масло сливочное, соль, томатная паста, лавровый лист</small>	Калорийность-137, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, ВитаминС-2, Са-12, Fe-1	<b>19-32</b>
90	<b>Гуляш из свинины</b> <small>мясо свинины (беск), лук, томатная паста, масло растительное, мука пшеничная, соль</small>	Калорийность-278, Белки-10, Жиры-25, Углеводы-3, ВитаминС-3, Са-5	<b>36-29</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43, Са-12, Fe-3	<b>6-16</b>
180	<b>Сок</b>	Калорийность-77, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-9, Са-6, Fe-1	<b>10-76</b>
30	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-78</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-840, Белки-27, Жиры-39, Углеводы-128, ВитаминС-14, Са-35, Fe-5	<b>75-01</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 355, Белки-39, Жиры-50, Углеводы-219, ВитаминС-81, Са-164, Fe-5	<b>150-00</b>
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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Оладьи со сгущенным молоком</b> <i>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Калорийность-552, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-89, ВитаминС-1, Са-172, Fe-1	<b>34-18</b>
125	<b>Снежок</b>		<b>12-36</b>
100	<b>Мандарины</b>	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-8, ВитаминС-60	<b>25-93</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-53</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-649, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-112, ВитаминС-61, Са-172, Fe-1	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-649, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-112, ВитаминС-61, Са-172, Fe-1	<b>75-00</b>

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
170	<b>Оладьи со сгущенным молоком</b> <small>яйцо, мука пшеничная, молоко цельное, молоко сгущенное, сахарный песок, повидло разное, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль</small>	Калорийность-470, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-76, Са-146	<b>29-17</b>
146	<b>Снежок</b>		<b>14-45</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахарный песок, чай</small>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-53</b>
114	<b>Мандарины</b>	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9, ВитаминС-68	<b>28-85</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-572, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-100, ВитаминС-68, Са-146	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-572, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-100, ВитаминС-68, Са-146	<b>75-00</b>

Медсестра \_\_\_\_\_ Прокофьева Г.В. Повар \_\_\_\_\_ Коровкина Н.М.