

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 (бек), морковь, лук, масло растительное, масло сливочное, соль</i>	Са-44, Fe-2, К-497, Mg-39, Р-109, ВитаминЕ-3, Калорийность-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-12	23-70
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, Р-80, ВитаминЕ-2, Калорийность-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминС-1	38-60
200/5	Каша рисовая молочная жидкая <i>молоко цельное, рис, сахарный песок, масло сливочное, соль</i>	Р-103, Са-111, Mg-20, К-144, Калорийность-165, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-40, ВитаминС-1	18-70
155	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, Р-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	9-60
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-50
200	Чай без сахара		0-80
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-30
Итого за Обед		Са-208, Fe-4, К-854, Mg-95, Р-357, ВитаминЕ-15, Калорийность-972, Белки-36, Жиры-38, Углеводы-146, ВитаминС-14	96-20
<u>Выпечка</u>			
60	Пирожки с яйцом <i>яйцо, мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-337, Fe-15, К-854, Mg-73, Р-1 172, ВитаминЕ-6, Калорийность-1 009, Белки-78, Жиры-75, Углеводы-6	9-80
50	Булочка домашняя <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-12, Fe-1, К-28, Mg-2, Р-39, ВитаминЕ-4, Калорийность-130, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-7	4-10
75	Ватрушка с повидло <i>яйцо, мука пшеничная, повидло разное, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-57, Fe-3, К-149, Mg-17, Р-197, ВитаминЕ-2, Калорийность-260, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-22	9-70
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-158, Fe-3, К-259, Mg-22, Р-258, ВитаминЕ-1, Калорийность-264, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-6, ВитаминС-5	36-20
75	Пирожки с капустой <i>яйцо, мука пшеничная, капуста, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-140, Fe-6, К-403, Mg-32, Р-438, ВитаминЕ-3, Калорийность-408, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-6, ВитаминС-14	7-40
75	Пирожок со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-129, Fe-2, К-217, Mg-19, Р-224, ВитаминЕ-2, Калорийность-244, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-17	13-90
75	Пирожки с вишней <i>яйцо, мука пшеничная, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, масло сливочное, дрожжи, соль</i>	Са-34, Fe-1, К-121, Mg-11, Р-85, Калорийность-99, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-4	13-00
Итого за Выпечка		Са-867, Fe-31, К-2 031, Mg-176, Р-2 413, ВитаминЕ-18, Калорийность-2 414, Белки-155, Жиры-167, Углеводы-69, ВитаминС-23	94-10

Итого за день	Са-1 075, Fe-35, К-2 885, Mg-271, Р-2 770, ВитаминЕ-33, Калорийность-3 386, Белки-191, Жиры-205, Углеводы-215, ВитаминС-37	<i>190-30</i>
----------------------	---	----------------------

Медсестра _____	Прокофьева Г.В.	Повар _____	Коровкина Н.М.
-----------------	-----------------	-------------	----------------

Директор

Дьячкова Е.Ю.

ОВЗ

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>	P-101, Ca-108, Mg-20, K-140, Калорийность-160, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-39, ВитаминС-1	18-89
50	Бутерброды с сыром <i>сыр голландский, хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Ca-304, K-49, Mg-19, P-193, Калорийность-152, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-10	22-19
200	Какао с молоком витаминизированное <i>молоко цельное, сахарный песок, какао, какао витошка</i>	Ca-6, Fe-1, K-61, Mg-17, P-26, Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	18-01
100	Яблоки	Калорийность-44, ВитаминС-2	15-91
Итого за Завтрак		P-320, Ca-418, Fe-1, Mg-56, K-250, Калорийность-501, Белки-17, Жиры-20, Углеводы-74, ВитаминС-3	75-00
<u>Обед</u>			
10	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Ca-1, P-1, K-15, Mg-1, Калорийность-1, ВитаминС-1	1-40
250	Суп картофельный с бобовыми с мясом <i>картофель, мясо птицы 40, горох, мясо говядины, мясо свинины (бек), морковь, лук, масло растительное, масло сливочное, соль</i>	Ca-44, Fe-2, K-497, Mg-39, P-109, ВитаминЕ-3, Калорийность-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-12	16-31
90	Котлета из мясо птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, K-117, Ca-30, Mg-12, P-80, ВитаминЕ-2, Калорийность-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминС-1	37-25
155	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Ca-23, Fe-1, K-96, Mg-24, P-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	9-55
180	Компот из свежих плодов (2 вар) <i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>	P-5, Ca-7, Mg-5, K-46, Калорийность-128, Углеводы-45, ВитаминС-14	8-71
30	хлеб ржаной	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15	1-78
Итого за Обед		Ca-105, P-260, K-771, ВитаминЕ-15, Fe-4, Mg-81, Калорийность-853, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-131, ВитаминС-28	75-00
Итого за день		P-580, Ca-523, Fe-5, Mg-137, ВитаминЕ-15, K-1 021, Калорийность-1 354, Белки-47, Жиры-48, Углеводы-205, ВитаминС-31	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)
Завтрак			
10	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-1, Р-1, К-15, Mg-1, Калорийность-1, ВитаминС-1	1-40
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, Р-89, ВитаминЕ-2, Калорийность-270, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-17, ВитаминС-1	44-38
155	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, Р-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	9-55
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	17-29
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Завтрак		Са-65, Р-161, К-293, ВитаминЕ-12, Fe-2, Mg-43, Калорийность-750, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-121, ВитаминС-17	75-00
Итого за день		Са-65, Р-161, К-293, ВитаминЕ-12, Fe-2, Mg-43, Калорийность-750, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-121, ВитаминС-17	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)
Завтрак			
10	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-1, Р-1, К-15, Mg-1, Калорийность-1, ВитаминС-1	1-40
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, Р-89, ВитаминЕ-2, Калорийность-270, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-17, ВитаминС-1	44-38
155	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-23, Fe-1, К-96, Mg-24, Р-65, ВитаминЕ-10, Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	9-55
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	17-29
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Завтрак		Са-65, Р-161, К-293, ВитаминЕ-12, Fe-2, Mg-43, Калорийность-750, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-121, ВитаминС-17	75-00
Итого за день		Са-65, Р-161, К-293, ВитаминЕ-12, Fe-2, Mg-43, Калорийность-750, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-121, ВитаминС-17	75-00
Медсестра _____ Прокофьева Г.В. Повар _____ Коровкина Н.М.			