

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
250	Суп картофельный с яйцом <i>картофель, яйцо, мясо говядины, морковь, лук, масло сливочное, соль, лавровый лист</i>	Са-82, Fe-4, К-820, Mg-44, P-272, ВитаминЕ-1, Калорийность-152, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-24	21-50
90	Биточки из свинины <i>мясо свинины (беск), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-456, Fe-6, К-642, Mg-92, P-449, В1-1, ВитаминЕ-26, Калорийность-288, Белки-13, Жиры-21, Углеводы-12, ВитаминС-3	45-30
175	Рагу из птицы <i>картофель, мясо птицы 40, капуста, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, соль, мука пшеничная, лавровый лист</i>	К-548, ВитаминЕ-3, Mg-29, P-67, Са-17, Fe-1, Калорийность-208, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-15, ВитаминС-19	37-90
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	9-60
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		Са-578, Fe-12, К-2 106, Mg-189, P-853, В1-1, ВитаминЕ-40, Калорийность-1 045, Белки-40, Жиры-47, Углеводы-117, ВитаминС-46	119-20
Выпечка			
60	Пирожки с яйцом <i>яйцо, мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-337, Fe-15, К-854, Mg-73, P-1 172, ВитаминЕ-6, Калорийность-1 009, Белки-78, Жиры-75, Углеводы-6	9-80
75	Ватрушка с творогом <i>яйцо, мука пшеничная, творог, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-111, Fe-3, К-194, Mg-20, P-284, ВитаминЕ-2, Калорийность-274, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-5	14-30
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, P-85, Калорийность-99, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-4	13-00
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, P-258, ВитаминЕ-1, Калорийность-264, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-6, ВитаминС-5	38-00
50	Булочка домашняя <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-12, Fe-1, К-28, Mg-2, P-39, ВитаминЕ-4, Калорийность-130, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-7	4-10
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, P-224, ВитаминЕ-2, Калорийность-244, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-17	13-90
Итого за Выпечка		Са-781, Fe-25, К-1 673, Mg-147, P-2 062, ВитаминЕ-15, Калорийность-2 020, Белки-135, Жиры-143, Углеводы-46, ВитаминС-9	93-10
Итого за день		Са-1 359, Fe-37, К-3 779, Mg-336, P-2 915, В1-1, ВитаминЕ-55, Калорийность-3 065, Белки-175, Жиры-190, Углеводы-163, ВитаминС-55	212-30

ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
95	Биточки из свинины <i>мясо свинины (беск), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-482, Fe-7, К-678, Mg-97, P-474, B1-1, ВитаминЕ-27, Калорийность-304, Белки-13, Жиры-23, Углеводы-12, ВитаминС-3	46-46
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	9-56
30	Бутерброды с сыром <i>сыр голландский, хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Са-182, К-29, Mg-12, P-116, Калорийность-91, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6	13-31
180	Кисель из плодов или ягод свежих <i>вишня, клюква для напитка, смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок, крахмал</i>	Са-3, P-4, Mg-1, К-12, Калорийность-53, Углеводы-13, ВитаминС-1	5-67
Итого за Завтрак		Са-690, Fe-8, К-815, Mg-134, P-659, B1-1, ВитаминЕ-37, Калорийность-693, Белки-24, Жиры-37, Углеводы-65, ВитаминС-4	75-00
<u>Обед</u>			
5	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	P-1, К-7, Mg-1, Калорийность-1, ВитаминС-1	0-70
250	Суп картофельный с яйцом <i>картофель, яйцо, мясо говядины, морковь, лук, масло сливочное, соль, лавровый лист</i>	Са-82, Fe-4, К-820, Mg-44, P-272, ВитаминЕ-1, Калорийность-152, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-24	15-90
150	Рагу из птицы <i>картофель, мясо птицы 40, капуста, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, соль, мука пшеничная, лавровый лист</i>	К-470, ВитаминЕ-2, Mg-25, P-57, Са-15, Fe-1, Калорийность-178, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-13, ВитаминС-17	41-06
180	Компот из свежих плодов (2 вар) <i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>	P-5, Са-7, Mg-5, К-46, Калорийность-128, Углеводы-45, ВитаминС-14	15-56
30	хлеб ржаной	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15	1-78
Итого за Обед		Са-104, P-335, К-1 343, ВитаминЕ-3, Fe-5, Mg-75, Калорийность-528, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-94, ВитаминС-56	75-00
Итого за день		Са-794, Fe-13, К-2 158, Mg-209, P-994, B1-1, ВитаминЕ-40, Калорийность-1 221, Белки-43, Жиры-52, Углеводы-159, ВитаминС-60	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>			
95	Биточки из свинины <i>мясо свинины (бек), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-482, Fe-7, К-678, Mg-97, P-474, В1-1, ВитаминЕ-27, Калорийность-304, Белки-13, Жиры-23, Углеводы-12, ВитаминС-3	46-91
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	9-55
25	Бутерброды с сыром <i>сыр голландский, хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Са-152, К-24, Mg-10, P-97, Калорийность-76, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-5	11-09
180	Напиток Витошка	Калорийность-72, Углеводы-17	7-45
Итого за Завтрак		Са-657, Fe-8, К-798, Mg-131, P-636, В1-1, ВитаминЕ-37, Калорийность-697, Белки-23, Жиры-36, Углеводы-68, ВитаминС-3	75-00
Итого за день		Са-657, Fe-8, К-798, Mg-131, P-636, В1-1, ВитаминЕ-37, Калорийность-697, Белки-23, Жиры-36, Углеводы-68, ВитаминС-3	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>			
90	Биточки из свинины <i>мясо свинины (бек), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-456, Fe-6, К-642, Mg-92, P-449, В1-1, ВитаминЕ-26, Калорийность-288, Белки-13, Жиры-21, Углеводы-12, ВитаминС-3	46-91
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	9-55
25	Бутерброды с сыром <i>сыр голландский, хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Са-152, К-24, Mg-10, P-97, Калорийность-76, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-5	11-09
180	Напиток Витошка	Калорийность-72, Углеводы-17	7-45
Итого за Завтрак		Са-631, Fe-7, К-762, Mg-126, P-611, В1-1, ВитаминЕ-36, Калорийность-681, Белки-23, Жиры-34, Углеводы-68, ВитаминС-3	75-00
Итого за день		Са-631, Fe-7, К-762, Mg-126, P-611, В1-1, ВитаминЕ-36, Калорийность-681, Белки-23, Жиры-34, Углеводы-68, ВитаминС-3	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.