

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<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>	Са-12, Fe-1, К-75, Mg-9, P-29, ВитаминЕ-4, Калорийность-137, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, ВитаминС-2	21-20
90	Котлеты натуральная из филе курицы <i>яйцо, филе цыпленка бройлера 40, хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Са-102, Fe-5, К-416, Mg-59, P-301, ВитаминЕ-6, Калорийность-282, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-19	47-30
150	Плов <i>мясо свинины (беск), рис, морковь, томатная паста, лук, масло растительное, соль</i>	ВитаминЕ-2, Fe-1, Mg-24, Са-8, P-64, К-112, Калорийность-288, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-32, ВитаминС-3	54-00
150	Картофельное пюре 1 <i>картофель, молоко цельное, масло сливочное, соль</i>	К-424, Fe-1, P-53, Са-23, Mg-18, Калорийность-163, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22, ВитаминС-7	14-60
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-145, Fe-8, К-1 027, Mg-110, P-447, ВитаминЕ-12, Калорийность-1 022, Белки-37, Жиры-43, Углеводы-157, ВитаминС-12	142-00
<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, P-1 172, ВитаминЕ-6, Калорийность-1 009, Белки-78, Жиры-75, Углеводы-6	9-60
75	Пирожки с капустой <i>яйцо, мука пшеничная, капуста, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-140, Fe-6, К-403, Mg-32, P-438, ВитаминЕ-3, Калорийность-408, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-6, ВитаминС-14	7-40
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
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	13-70
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
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	35-70
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	14-00
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	97-50
Итого за день		Са-1 066, Fe-39, К-3 103, Mg-289, P-2 947, ВитаминЕ-30, Калорийность-3 450, Белки-201, Жиры-216, Углеводы-209, ВитаминС-35	239-50

_____ 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>			
10	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-1, Р-1, К-15, Mg-1, Калорийность-1, ВитаминС-1	1-40
90	Котлеты натуральная из филе курицы <i>яйцо, филе цыпленка бройлера 40, хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Са-102, Fe-5, К-416, Mg-59, P-301, ВитаминЕ-6, Калорийность-282, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-19	47-53
150	Картофельное пюре <i>картофель, масло сливочное, соль</i>	Fe-1, Mg-22, Са-28, P-67, К-524, Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22, ВитаминС-18	13-60
187	Чай с лимоном <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Са-3, К-11, Mg-1, P-1, Калорийность-58, Углеводы-14, ВитаминС-5	3-60
20	хлеб пшеничный	Са-4, К-19, Mg-3, P-13, Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	1-60
24	Кондитерское изделие <i>сода, мука пшеничная в/с, сахарная пудра, масло сливочное, повидло разное, сахарный песок, яйцо, какао, соль</i>	Са-2, К-14, P-10, Калорийность-80, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12	7-27
Итого за Завтрак		Са-140, P-393, К-999, ВитаминЕ-6, Fe-6, Mg-86, Калорийность-637, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-77, ВитаминС-24	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>	Са-12, Fe-1, К-75, Mg-9, P-29, ВитаминЕ-4, Калорийность-137, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, ВитаминС-2	11-77
150	Плов <i>мясо свинины (беск), рис, морковь, томатная паста, лук, масло растительное, соль</i>	ВитаминЕ-2, Fe-1, Mg-24, Са-8, P-64, К-112, Калорийность-288, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-32, ВитаминС-3	52-02
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	9-43
30	хлеб ржаной	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15	1-78
Итого за Обед		Са-50, Fe-3, К-438, Mg-52, P-119, ВитаминЕ-6, Калорийность-632, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-129, ВитаминС-25	75-00
Итого за день		Са-190, P-512, К-1 437, ВитаминЕ-12, Fe-9, Mg-138, Калорийность-1 269, Белки-40, Жиры-47, Углеводы-206, ВитаминС-49	150-00

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

Директор

Дьячкова Е.Ю.

Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
17	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-1, Р-2, К-25, Мг-2, Калорийность-2, ВитаминС-2	2-29
95	Котлеты натуральная из филе курицы <i>яйцо, филе цыпленка бройлера 40, хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Са-107, Fe-5, К-439, Мг-63, Р-318, ВитаминЕ-6, Калорийность-298, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-20	53-73
150	Картофельное пюре <i>картофель, масло сливочное, соль</i>	Fe-1, Мг-22, Са-28, Р-67, К-524, Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22, ВитаминС-18	13-60
187	Чай с лимоном <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Са-3, К-11, Мг-1, Р-1, Калорийность-58, Углеводы-14, ВитаминС-5	3-60
30	хлеб ржаной	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15	1-78
Итого за Завтрак		Са-139, Р-388, К-999, ВитаминЕ-6, Fe-6, Мг-88, Калорийность-591, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-71, ВитаминС-25	75-00
Итого за день		Са-139, Р-388, К-999, ВитаминЕ-6, Fe-6, Мг-88, Калорийность-591, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-71, ВитаминС-25	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>			
10	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Са-1, Р-1, К-15, Mg-1, Калорийность-1, ВитаминС-1	1-42
90	Котлеты натуральная из филе курицы <i>яйцо, филе цыпленка бройлера 40, хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Са-102, Fe-5, К-416, Mg-59, P-301, ВитаминЕ-6, Калорийность-282, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-19	54-78
150	Картофельное пюре <i>картофель, масло сливочное, соль</i>	Fe-1, Mg-22, Са-28, P-67, К-524, Калорийность-164, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-22, ВитаминС-18	13-60
187	Чай с лимоном <i>сахарный песок, лимон, чай</i>	Са-3, К-11, Mg-1, P-1, Калорийность-58, Углеводы-14, ВитаминС-5	3-60
20	хлеб пшеничный	Са-4, К-19, Mg-3, P-13, Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	1-60
Итого за Завтрак		Са-138, P-383, К-985, ВитаминЕ-6, Fe-6, Mg-86, Калорийность-557, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-65, ВитаминС-24	75-00
Итого за день		Са-138, P-383, К-985, ВитаминЕ-6, Fe-6, Mg-86, Калорийность-557, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-65, ВитаминС-24	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.