

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 (бекс), морковь, лук, масло растительное, масло сливочное, соль</i>	Са-44, Fe-2, К-497, Mg-39, P-109, ВитаминЕ-3, Калорийность-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-12	20-10
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, P-80, ВитаминЕ-2, Калорийность-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминС-1	38-50
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
150	Запеканка картофельная с мясом <i>яйцо, картофель, мясо свинины (бекс), лук, масло растительное, масло сливочное, панировочные сухари</i>	Fe-1, Mg-29, К-689, P-77, Са-18, ВитаминЕ-3, Калорийность-336, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-20, ВитаминС-24	63-80
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-115, Fe-5, К-1 399, Mg-104, P-331, ВитаминЕ-18, Калорийность-1 143, Белки-48, Жиры-50, Углеводы-126, ВитаминС-37	136-90
<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	9-90
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	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	14-00
75	Пирожки с вишней <i>яйцо, мука пшеничная, вишня для напитков 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	31-70
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
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	87-00
Итого за день		Са-896, Fe-30, К-3 072, Mg-251, P-2 393, ВитаминЕ-33, Калорийность-3 163, Белки-183, Жиры-193, Углеводы-172, ВитаминС-46	223-90

ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Котлета из мяса птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-130, Са-33, Mg-13, P-89, ВитаминЕ-2, Калорийность-270, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-17, ВитаминС-1	42-92
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	17-30
200	Напиток Витошка	Калорийность-80, Углеводы-19	8-28
33	Кондитерское изделие <i>сода, мука пшеничная в/с, сахарная пудра, масло сливочное, повидло разное, сахарный песок, яйцо, какао, соль</i>	Са-3, К-20, P-14, Калорийность-110, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-17	9-86
Итого за Завтрак		Fe-2, К-246, Са-59, Mg-37, P-168, ВитаминЕ-12, Калорийность-705, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-87, ВитаминС-1	78-36
<u>Обед</u>			
5	Огурец свежий	P-1, К-5	0-70
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, P-109, ВитаминЕ-3, Калорийность-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминС-12	13-09
150	Запеканка картофельная с мясом <i>яйцо, картофель, мясо свинины (бек), лук, масло растительное, масло сливочное, панировочные сухари</i>	Fe-1, Mg-29, К-689, P-77, Са-18, ВитаминЕ-3, Калорийность-336, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-20, ВитаминС-24	38-40
180	Компот из черной и красной смородины <i>смородина красная, смородина черная для компота, сахарный песок</i>	Са-27, Fe-1, К-226, Mg-17, P-24, Калорийность-124, Углеводы-30, ВитаминС-18	10-77
30	хлеб ржаной	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15	1-78
50	Яблоки	Калорийность-22, ВитаминС-1	6-90
Итого за Обед		P-211, К-1 417, ВитаминЕ-6, Са-89, Fe-4, Mg-85, Калорийность-718, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-87, ВитаминС-55	71-64
Итого за день		Fe-6, К-1 663, Са-148, Mg-122, P-379, ВитаминЕ-18, Калорийность-1 423, Белки-51, Жиры-55, Углеводы-174, ВитаминС-56	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>			
100	Котлета из мяса птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-130, Са-33, Mg-13, P-89, ВитаминЕ-2, Калорийность-270, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-17, ВитаминС-1	47-31
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
33	Кондитерское изделие <i>сода, мука пшеничная в/с, сахарная пудра, масло сливочное, повидло разное, сахарный песок, яйцо, какао, соль</i>	Са-3, К-20, P-14, Калорийность-110, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-17	9-86
200	Напиток Витошка	Калорийность-80, Углеводы-19	8-28
Итого за Завтрак		Fe-2, К-246, Са-59, Mg-37, P-168, ВитаминЕ-12, Калорийность-705, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-87, ВитаминС-1	75-00
Итого за день		Fe-2, К-246, Са-59, Mg-37, P-168, ВитаминЕ-12, Калорийность-705, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-87, ВитаминС-1	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	Котлета из мяса птицы <i>филе цыпленка бройлера 40, молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, соль</i>	Fe-1, К-117, Са-30, Mg-12, P-80, ВитаминЕ-2, Калорийность-243, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-15, ВитаминС-1	38-62
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	14-84
200	Напиток Витошка	Калорийность-80, Углеводы-19	8-28
44	Кондитерское изделие <i>сода, мука пшеничная в/с, сахарная пудра, масло сливочное, повидло разное, сахарный песок, яйцо, какао, соль</i>	Са-4, К-26, P-18, Калорийность-147, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-22	13-26
Итого за Завтрак		Fe-2, К-239, Са-57, Mg-36, P-163, ВитаминЕ-12, Калорийность-715, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-90, ВитаминС-1	75-00
Итого за день		Fe-2, К-239, Са-57, Mg-36, P-163, ВитаминЕ-12, Калорийность-715, Белки-25, Жиры-27, Углеводы-90, ВитаминС-1	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.