

# Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Обед</u></b>			
265	<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>	Са-12, Fe-1, К-80, Mg-10, P-31, ВитаминЕ-4, Калорийность-145, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-52, ВитаминС-2	<b>18-30</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>	Са-129, К-159, Mg-16, P-105, ВитаминЕ-2, Калорийность-414, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-67	<b>25-60</b>
90	<b>Гуляш из свинины</b> <i>мясо свинины (беск), лук, томатная паста, масло растительное, мука пшеничная, соль</i>	К-67, Mg-5, ВитаминЕ-2, P-12, Са-5, Калорийность-278, Белки-10, Жиры-25, Углеводы-3, ВитаминС-3	<b>44-20</b>
150	<b>Рис отварной</b> <i>рис, масло сливочное, соль</i>	Са-4, P-55, Mg-18, К-37, Калорийность-228, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39	<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>		Са-150, Fe-1, К-343, Mg-49, P-203, ВитаминЕ-8, Калорийность-1 217, Белки-33, Жиры-49, Углеводы-196, ВитаминС-5	<b>106-50</b>
<b><u>Выпечка</u></b>			
60	<b>Пирожки с яйцом</b> <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	<b>9-90</b>
75	<b>Пирожки с вишней</b> <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	<b>13-00</b>
75	<b>Пирожок со сгущенным молоком</b> <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	<b>14-00</b>
75	<b>Пирожки с капустой</b> <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	<b>7-40</b>
75	<b>Ватрушка с творогом</b> <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	<b>14-30</b>
50	<b>Булочка домашняя</b> <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	<b>4-10</b>
<b>Итого за Выпечка</b>		Са-763, Fe-28, К-1 817, Mg-157, P-2 242, ВитаминЕ-17, Калорийность-2 164, Белки-148, Жиры-154, Углеводы-46, ВитаминС-18	<b>62-70</b>
<b>Итого за день</b>		Са-913, Fe-29, К-2 160, Mg-206, P-2 445, ВитаминЕ-25, Калорийность-3 381, Белки-181, Жиры-203, Углеводы-242, ВитаминС-23	<b>169-20</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>			
170	<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>	Са-146, К-180, Mg-18, P-119, ВитаминЕ-3, Калорийность-470, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-76	<b>34-81</b>
125	<b>Снежок</b>	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-8,	<b>12-36</b>
100	<b>Мандарины</b>	ВитаминС-60	<b>25-30</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>		Са-146, К-180, Mg-18, P-119, ВитаминЕ-3, Калорийность-567, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-99, ВитаминС-60	<b>75-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
5	<b>Огурец свежий</b>	P-1, К-5	<b>0-70</b>
250	<b>Суп с макаронными изделиями мясом</b> <i>мясо птицы 40, вермишель (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	<b>13-91</b>
90	<b>Гуляш из свинины</b> <i>мясо свинины (беск), лук, томатная паста, масло растительное, мука пшеничная, соль</i>	К-67, Mg-5, ВитаминЕ-2, P-12, Са-5, Калорийность-278, Белки-10, Жиры-25, Углеводы-3, ВитаминС-3	<b>41-70</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Mg-84, К-158, P-125, Са-12, Fe-3, Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-43	<b>6-15</b>
180	<b>Сок</b>	К-216, Са-6, P-29, Fe-1, Mg-11, Калорийность-77, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-9	<b>10-76</b>
30	<b>хлеб ржаной</b>	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15	<b>1-78</b>
<b>Итого за Обед</b>		P-196, К-521, ВитаминЕ-6, Са-35, Fe-5, Mg-109, Калорийность-840, Белки-27, Жиры-39, Углеводы-128, ВитаминС-14	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Са-181, Fe-5, К-701, Mg-127, P-315, ВитаминЕ-9, Калорийность-1 407, Белки-41, Жиры-51, Углеводы-227, ВитаминС-74	<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>			
160	<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>	Са-138, К-170, Mg-17, P-112, ВитаминЕ-3, Калорийность-442, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-71	<b>23-83</b>
144	<b>Мандарины</b>	Калорийность-54, Белки-1, Углеводы-12, ВитаминС-86	<b>36-54</b>
125	<b>Снежок</b>		<b>12-36</b>
180	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-54, Углеводы-14	<b>2-27</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Са-138, К-170, Mg-17, P-112, ВитаминЕ-3, Калорийность-550, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-97, ВитаминС-86	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Са-138, К-170, Mg-17, P-112, ВитаминЕ-3, Калорийность-550, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-97, ВитаминС-86	<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>			
160	<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>	Са-138, К-170, Mg-17, P-112, ВитаминЕ-3, Калорийность-442, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-71	<b>30-49</b>
130	<b>Снежок</b>		<b>12-85</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахарный песок, чай</small>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>2-53</b>
100	<b>Груши</b>	Калорийность-46, Углеводы-1, ВитаминС-4	<b>29-13</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Са-138, К-170, Mg-17, P-112, ВитаминЕ-3, Калорийность-548, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-87, ВитаминС-4	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Са-138, К-170, Mg-17, P-112, ВитаминЕ-3, Калорийность-548, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-87, ВитаминС-4	<b>75-00</b>

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