

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
250	Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13, ВитаминС-22, Са-45, Fe-1	23-40
<i>свекла красная, мясо птицы 40, капуста, картофель, мясо говядины, мясо свинины (бек), морковь, лук, томатная паста, масло растительное, сметана, сахарный песок, соль, чеснок, лимонная кислота</i>			
110	Тефтели (вариант 1) соусом томатным	Калорийность-237, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-11, ВитаминС-2, Са-23	32-90
<i>мясо свинины (бек), лук, сметана, молоко цельное, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста, соль</i>			
155	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, Са-23, Fe-1	9-55
<i>рожки, масло сливочное, соль</i>			
80	Мясо по французки	Калорийность-124, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-4, ВитаминС-6, Са-285, Fe-1	49-00
<i>мясо свинины (бек), сыр голландский, томатная паста, сметана, чеснок, соль</i>			
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15	2-50
<i>сахарный песок, чай</i>			
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-40
Итого за Обед		Калорийность-880, Белки-31, Жиры-39, Углеводы-97, ВитаминС-30, Са-376, Fe-3	119-75
<u>Выпечка</u>			
75	Пирожки с вишней	Калорийность-99, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-4, Са-34, Fe-1	13-00
<i>яйцо, мука пшеничная, вишня для начинки и пирогов, сахарный песок, масло сливочное, дрожжи, соль</i>			
60	Пирожки с яйцом	Калорийность-1 009, Белки-78, Жиры-75, Углеводы-6, Са-337, Fe-15	9-90
<i>яйцо, мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>			
75	Пирожки с капустой	Калорийность-408, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-6, ВитаминС-14, Са-140, Fe-6	7-40
<i>яйцо, мука пшеничная, капуста, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>			
75	Ватрушка с повидло	Калорийность-260, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-22, Са-57, Fe-3	9-80
<i>яйцо, мука пшеничная, повидло разное, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>			
75	Пирожок со сгущенным молоком	Калорийность-244, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-17, Са-129, Fe-2	14-00
<i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>			
113	Пицца школьная ТТК	Калорийность-264, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-6, ВитаминС-5, Са-158, Fe-3	33-70
<i>яйцо, мука пшеничная, филе цыпленка бройлера 40, сыр российский, томатная паста, сметана, огурцы соленые, масло сливочное, сахарный песок, дрожжи, соль, масло растительное</i>			
50	Булочка домашняя	Калорийность-130, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-7, Са-12, Fe-1	4-10
<i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>			
Итого за Выпечка		Калорийность-2 414, Белки-155, Жиры-167, Углеводы-69, ВитаминС-23, Са-867, Fe-31	91-90
Итого за день		Калорийность-3 294, Белки-186, Жиры-206, Углеводы-166, ВитаминС-53, Са-1 243, Fe-34	211-65

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>			
200	Каша вязкая молочная Дружба <i>молоко цельное, крупа пшеничная, рис, сахарный песок, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-273, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-39, ВитаминС-1, Са-127, Fe-1	18-31
180	Какао с молоком витаминизированное <i>молоко цельное, сахарный песок, какао, какао витошка</i>	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, Са-5, Fe-1	16-21
25	Бутерброды горячие с сыром <i>хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное</i>	Калорийность-73, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8, Са-70	8-62
100	Груши	Калорийность-46, Углеводы-1, ВитаминС-4	31-86
Итого за Завтрак		Калорийность-523, Белки-15, Жиры-19, Углеводы-71, ВитаминС-5, Са-202, Fe-2	75-00
<u>Обед</u>			
5	Помидоры свежие <i>помидоры, огурцы</i>	Калорийность-1, ВитаминС-1	0-70
250	Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной <i>свекла красная, мясо птицы 40, капуста, картофель, мясо говядины, мясо свинины (бек), морковь, лук, томатная паста, масло растительное, сметана, сахарный песок, соль, чеснок, лимонная кислота</i>	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13, ВитаминС-22, Са-45, Fe-1	23-40
100	Тeftели (вариант 1) соусом томатным <i>мясо свинины (бек), лук, сметана, молоко цельное, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста, соль</i>	Калорийность-215, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, ВитаминС-2, Са-21	27-92
155	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, Са-23, Fe-1	9-55
200	Компот из свежих плодов (2 вар) <i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>	Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-15, Са-8	11-05
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Обед		Калорийность-817, Белки-22, Жиры-29, Углеводы-127, ВитаминС-40, Са-97, Fe-2	75-00
Итого за день		Калорийность-1 340, Белки-37, Жиры-48, Углеводы-198, ВитаминС-45, Са-299, Fe-4	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>			
24	Кукуруза консервированная		9-86
120	Тефтели (вариант 1) соусом томатным	Калорийность-259, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12, ВитаминС-2, Са-25	35-89
<i>мясо свинины (беск), лук, сметана, молоко цельное, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста, соль</i>			
155	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, Са-23, Fe-1	9-55
<i>рожки, масло сливочное, соль</i>			
200	Компот из свежих плодов (2 вар)	Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-15, Са-8	17-32
<i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>			
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Завтрак		Калорийность-738, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-116, ВитаминС-17, Са-56, Fe-1	75-00
Итого за день		Калорийность-738, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-116, ВитаминС-17, Са-56, Fe-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>			
40	Кукуруза консервированная		9-86
110	Тефтели (вариант 1) соусом томатным	Калорийность-237, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-11, ВитаминС-2, Са-23	35-89
<i>мясо свинины (беск), лук, сметана, молоко цельное, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста, соль</i>			
155	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-245, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34, Са-23, Fe-1	9-55
<i>рожки, масло сливочное, соль</i>			
200	Компот из свежих плодов (2 вар)	Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-15, Са-8	17-32
<i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>			
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Завтрак		Калорийность-716, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-115, ВитаминС-17, Са-54, Fe-1	75-00
Итого за день		Калорийность-716, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-115, ВитаминС-17, Са-54, Fe-1	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.