

Пижманская школа (Школа 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Сыр в-творожный острый</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшеничная шлифованная. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в тон упаковке. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	19-39
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
Итого за Завтрак		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-96
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом <i>Капуста белокочанная. Морковь. Масло подсолнечное ДП. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6, С-23, Е-2, Са-29, Mg-12	10-97
200	Суп-пюре из картофеля <i>Картофель. Морковь. Мука пшеничная в с. обезжиренная. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в тон упаковке. Масло сливочное обезжиренное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Мясо птицы тушеное / курица</i>	кКал-140, Бел-5, Жир-6, Угл-16, А-34, С-15, Са-57, Mg-27, Fe-1	23-48
70	Биточки (котлеты) из мяса кур <i>Грудинка цыплят-бройлеров I категории замороженное. Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в тон упаковке. Мука пшеничная в с. обезжиренная. Масло подсолнечное ДП. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-211, Бел-14, Жир-12, Угл-12, Са-34, Fe-1	35-33
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронные изделия группы А. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Е-9, Са-17, Mg-10, Fe-1	9-7
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обезжиренное. Мука пшеничная в с. обезжиренная. Томат паста. Морковь. Луковица. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-34
200	Компот из плодов свежих витаминизированный <i>Яблоки. Сахар-песок. Кислота лимонная</i>	кКал-127, Угл-31, С-5, Са-16, Mg-6, Fe-1	9-01
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед		кКал-1 028, Бел-33, Жир-30, Угл-155, А-75, С-44, Е-12, Са-178, Mg-89, Fe-6	95-29
Итого за		кКал-1 503, Бел-48, Жир-43, Угл-232, А-156, С-44, Е-13, Са-456, Mg-161, Fe-9	129-25

Пижманская школа (Школа 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Сыр в-творожный острый</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшеничная шлифованная. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в тон упаковке. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	19-39
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
Итого за Завтрак		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-96
Итого за		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-96

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами _____ Мотовилова А.П.

Директор _____

О.А. Мотовилова

Пижанская школа (Школа 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный, Сыр п-творожный остески</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшено шлифованное, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное, влит уток, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	19-39
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
Итого за Завтрак		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-96
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом <i>Капуста белокачанная, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6, С-23, Е-2, Са-29, Mg-12	10-97
200	Суп-пюре из картофеля <i>Картофель, Морковь, Мука пшеничная в/с обезжиренная, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное влит уток, Масло сливочное обезжиренное, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Кислота лимонная</i>	кКал-140, Бел-5, Жир-6, Угл-16, А-34, С-15, Са-57, Mg-27, Fe-1	23-48
70	Биточки (котлеты) из мяса кур <i>Грубока отбивная куриная 1 категории, яйцо куриное, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное, влит уток, Мука пшеничная в/с обезжиренная, Масло подсолнечное ДП, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-211, Бел-14, Жир-12, Угл-12, Са-34, Fe-1	35-33
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронная гр. А, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Е-9, Са-17, Mg-10, Fe-1	9-7
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обезжиренное, Мука пшеничная в/с обезжиренная, Томат-пюре, Морковь, Лук репчатый, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-34
200	Компот из плодов свежих витаминизированный <i>Яблоки, Сахар-песок, Кислота лимонная</i>	кКал-127, Угл-31, С-5, Са-16, Mg-6, Fe-1	9-01
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-8, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед		кКал-1028, Бел-33, Жир-30, Угл-155, А-75, С-44, Е-12, Са-178, Mg-39, Fe-6	95-29
Итого за		кКал-1503, Бел-48, Жир-43, Угл-232, А-156, С-44, Е-13, Са-456, Mg-161, Fe-9	129-25

Пижанская школа (Школа 7-11лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный, Сыр п-творожный остески</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшено шлифованное, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное, влит уток, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	19-39
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
Итого за Завтрак		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-96
Итого за		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-96

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.П.

Директор

О.А.Мотовилова

Пижайская школа (Школа 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2
200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным <i>Крупа ячневая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в виде сливок, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-219, Бел-6, Жир-6, Угл-34, А-40, С-1, Е-1, Са-136, Mg-32, Fe-1	16-62
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обогащенный, Ш, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в виде сливок, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-97
Итого за Завтрак		кКал-531, Бел-13, Жир-13, Угл-89, А-60, С-9, Е-2, Са-285, Mg-52, Fe-1	45-79
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной <i>Картофель, Свекла, Морковь, Огурцы консервированные, Капуста квашеная, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Ш</i>	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Е-1, Са-13, Mg-11	13-98
200	Суп картофельный с макаронными изделиями <i>Макаронные изделия, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Ш, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное, Ортофосфат Кальциевый</i>	кКал-95, Бел-4, Жир-3, Угл-13, А-4, С-6, Е-2, Са-19, Mg-13, Fe-1	10-2
80	кКал-122, Бел-12, Жир-6, Угл-5, С-1, Са-41, Fe-1	41-84	
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в виде сливок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	25-66
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед		кКал-752, Бел-27, Жир-22, Угл-112, А-45, С-44, Е-4, Са-159, Mg-102, Fe-6	99-11
Итого за		кКал-1283, Бел-40, Жир-35, Угл-201, А-105, С-53, Е-6, Са-444, Mg-154, Fe-7	144-9

Пижанская школа (Школа 7-11лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2
200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным <i>Крупа ячневая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в виде сливок, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-219, Бел-6, Жир-6, Угл-34, А-40, С-1, Е-1, Са-136, Mg-32, Fe-1	16-62
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обогащенный, Ш, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в виде сливок, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-97
Итого за Завтрак		кКал-531, Бел-13, Жир-13, Угл-89, А-60, С-9, Е-2, Са-285, Mg-52, Fe-1	45-79
Итого за		кКал-531, Бел-13, Жир-13, Угл-89, А-60, С-9, Е-2, Са-285, Mg-52, Fe-1	45-79

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.П.

Директор

О.А.Мотовилова

Пижманская школа (Интернат 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2
200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным <i>Крупа ячневая, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в виде сливок, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-219, Бел-6, Жир-6, Угл-34, А-40, С-1, Е-1, Са-136, Mg-32, Fe-1	16-62
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обезжиренный ДП, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в виде сливок, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-97
Итого за Завтрак			45-79
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной <i>Картофель, Свекла, Морковь, Огурцы консервированные, Капуста квашеная, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Е-1, Са-13, Mg-11	13-98
200	Суп картофельный с макаронными изделиями <i>Макаронны гр.А, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное 1 категории туника</i>	кКал-95, Бел-4, Жир-3, Угл-13, А-4, С-6, Е-2, Са-19, Mg-13, Fe-1	10-2
80	кКал-122, Бел-12, Жир-6, Угл-5, С-1, Са-41, Fe-1	41-84	
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в виде сливок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	25-66
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед			99-11
<u>Полдник</u>			
50	Пряник	кКал-90, Бел-2, Жир-1, Угл-19	12-47
Итого за Полдник			12-47
<u>Ужин</u>			
200	Пельмени п/ф готовый <i>пельмени, Сметана 15%, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-517, Бел-20, Жир-36, Угл-30, А-54, Са-57, Mg-31, Fe-3	97-45
200	Чай с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимон</i>	кКал-64, Бел-6,3, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	6-85
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Ужин			108-76
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за Полдник2			32-34
Итого за			298-47

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами _____ Мотовилова А.Н.

Директор _____

О.А.Мотовилова

Пижанская школа (Школа 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с маслом 30/10 <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13-48
40	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5, А-100, Са-22, Mg-5, Fe-1	14-85
200	Суп молочный с лапшой <i>Молоко ультрапастеризованное обогатненное в виде утка, Макароны гр.А, Масло сливочное обогатненное, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-121, Бел-4, Жир-4, Угл-16, А-24, С-1, Са-108, Mg-14	14-44
200	Чай с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимон</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	6-85
Итого за Завтрак		кКал-393, Бел-74, Жир-18, Угл-46, А-184, С-4, Са-155, Mg-36, Fe-3	49-62
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с сыром <i>Свекла, Сыр п-твердый остекший, Масло подсолнечное ДП, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-141, Бел-3, Жир-13, Угл-4, С-4, Е-4, Са-115, Mg-13, Fe-1	19-12
200	Суп картофельный с сыром <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное обогатненное, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сыр п-твердый остекший, Масло цыплят-бройлеров 1 категории тушка</i>	кКал-123, Бел-6, Жир-6, Угл-12, А-15, С-15, Са-89, Mg-29, Fe-1	24-04
200	Плов из мяса кур <i>Грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый, Морковь, Крупа рисовая, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-259, Бел-14, Жир-12, Угл-24, А-25, С-3, Е-1, Са-19, Mg-32, Fe-1	43-49
200	Компот из яблок с клюквой <i>Яблоки, Клюква с м, Сахар-песок</i>	кКал-76, Угл-18, С-1, Са-19, Mg-8	7-24
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед		кКал-815, Бел-29, Жир-32, Угл-103, А-40, С-23, Е-6, Са-264, Mg-114, Fe-5	98-35
Итого за		кКал-1208, Бел-103, Жир-50, Угл-149, А-224, С-27, Е-6, Са-419, Mg-150, Fe-8	147-97

Пижанская школа (Школа 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
60	Винегрет овощной <i>Картофель, Свекла, Морковь, Огурцы консервированные, Капуста квашеная, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Е-1, Са-13, Mg-11	13-98
150	Плов из мяса кур <i>Грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый, Морковь, Крупа рисовая, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-194, Бел-10, Жир-9, Угл-18, А-18, С-2, Е-1, Са-14, Mg-24, Fe-1	32-62
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
200	Чай с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимон</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	6-85
Итого за Завтрак		кКал-499, Бел-79, Жир-16, Угл-71, А-19, С-10, Е-3, Са-60, Mg-65, Fe-3	55-63
Итого за		кКал-499, Бел-79, Жир-16, Угл-71, А-19, С-10, Е-3, Са-60, Mg-65, Fe-3	55-63

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.Н.

Директор

О.А. Мотовилова

Пижманская школа (Интернат 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	н. пеп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с маслом 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13-48
40	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5, А-100, Са-22, Mg-5, Fe-1	14-85
200	Суп молочный с лапшой <i>Молоко ультрапастеризованное обогатненное в што упак. Макароны гр.А Масло сливочное обогатненное. Сахар-песок. Соль йодированная с потуженным содержанием натрия</i>	кКал-121, Бел-4, Жир-4, Угл-16, А-24, С-1, Са-108, Mg-14	14-44
200	Чай с лимоном <i>Чай черный. Сахар-песок. Лимон</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	6-85
Итого за Завтрак		кКал-393, Бел-74, Жир-18, Угл-46, А-184, С-4, Са-155, Mg-36, Fe-3	49-62
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с сыром <i>Свекла. Сыр п-твердый остекст. Масло подсолнечное. ДП. Соль йодированная с потуженным содержанием натрия</i>	кКал-141, Бел-3, Жир-13, Угл-4, С-4, Е-4, Са-115, Mg-13, Fe-1	19-12
200	Суп картофельный с сыром <i>Картофель. Морковь. Лук репчатый. Масло сливочное обогатненное. Соль йодированная с потуженным содержанием натрия. Сыр п-твердый остекст. Масло мяслят-бройлеров I категории тушка</i>	кКал-123, Бел-6, Жир-6, Угл-12, А-15, С-15, Са-89, Mg-29, Fe-1	24-04
200	Плов из мяса кур <i>Грудак мяслят-бройлеров I категории замороженное. Лук репчатый. Морковь. Крупа рисовая. Масло подсолнечное. ДП. Томат-паста. Соль йодированная с потуженным содержанием натрия</i>	кКал-259, Бел-14, Жир-12, Угл-24, А-25, С-3, Е-1, Са-19, Mg-32, Fe-1	43-49
200	Компот из яблок с клюквой <i>Яблоки. Клюква с м. Сахар-песок</i>	кКал-76, Угл-18, С-1, Са-19, Mg-8	7-24
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед		кКал-815, Бел-29, Жир-32, Угл-103, А-40, С-23, Е-6, Са-264, Mg-114, Fe-5	98-35
<u>Полдник</u>			
100	Манник <i>Крупа манная. Яйцо столовое. Сахар-песок. Сметана 15%. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-386, Бел-7, Жир-18, Угл-49, А-136, Е-1, Са-50, Mg-14, Fe-1	38-36
Итого за Полдник		кКал-386, Бел-7, Жир-18, Угл-49, А-136, Е-1, Са-50, Mg-14, Fe-1	38-36
<u>Ужин</u>			
70	Наггетсы куриные <i>Грудак мяслят-бройлеров I категории замороженное. Яйцо столовое. Мука пшеничная с обогатнением. Соль йодированная с потуженным содержанием натрия. Сахар-песок. Масло подсолнечное. ДП</i>	кКал-213, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-20, С-1, Е-2, Са-17, Mg-16, Fe-1	34-3
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макароны гр.А. Соль йодированная с потуженным содержанием натрия. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Е-9, Са-17, Mg-10, Fe-1	9-7
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогатненное. Мука пшеничная с обогатнением. Томат-паста. Морковь. Лук репчатый. Сахар-песок. Соль йодированная с потуженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-34
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Ужин		кКал-759, Бел-25, Жир-22, Угл-119, А-62, С-2, Е-12, Са-74, Mg-66, Fe-5	53-77
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жири. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за		кКал-2537, Бел-141, Жир-95, Угл-346, А-422, С-29, Е-19, Са-543, Mg-230, Fe-14	272-44

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.П.

Директор

О.А.Мотовилова