

Пижанская 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>			
40	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Сыр пастообразный остывший</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6 <i>1180</i>
100/25	Запеканка из творога 100/25 <i>Творог. Крупа манная. Сахар-песок. Яйцо столовое. Сухари панировочные. Сметана 15%. Масло сливочное обогатненное. Молоко сгущенное</i>	кКал-333, Бел-27, Жир-15, Угл-21, А-87, С-1, Е-1, Са-235, Mg-35, Fe-1	62-44 <i>366</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3-25 <i>116</i>
Итого за Завтрак		кКал-562, Бел-35, Жир-19, Угл-64, А-106, С-1, Е-2, Са-388, Mg-64, Fe-3	77-29
<u>Обед</u>			
30	Огурцы свежие	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	13-65 <i>200</i>
200	Борщ со сметаной <i>Свекла. Капуста белокачанная. Картофель. Морковь. Лук репчатый. Томат-паста. Масло подсолнечное ДП. Сахар-песок. Кислота лимонная. Вода. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сметана 15%. Масло цыплят-бройлеров I категории тушка</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-5, Угл-11, А-5, С-21, Е-2, Са-44, Mg-20, Fe-1	22-9 <i>114</i>
50/50	Гуляш из свинины <i>Свинина. Лук репчатый. Масло подсолнечное ДП. Томат-паста. Мука пшеничная в с обогатненной. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-187, Бел-14, Жир-13, Угл-3, Са-8, Mg-18, Fe-2	53-26 <i>156</i>
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-234, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-127, Fe-4	14-95 <i>112</i>
200	Компот из изюма <i>Сахар-песок. Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	6-02 <i>14</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>143</i>
Итого за Обед		кКал-822, Бел-30, Жир-25, Угл-117, А-36, С-24, Е-4, Са-129, Mg-214, Fe-9	115-24
<u>Полдник</u>			
50	Вафли с молочно-жировой начинкой обогащенные для детского питания	кКал-181, Бел-1, Жир-10, Угл-21, А-2, Е-2, Са-3, Mg-2	26-4 <i>17</i>
Итого за Полдник		кКал-181, Бел-1, Жир-10, Угл-21, А-2, Е-2, Са-3, Mg-2	26-4
<u>Ужин</u>			
150	Омлет натуральный <i>Молоко ультрастерилизованное обогатненное в вид упаковки. Яйцо столовое. Масло сливочное обогатненное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-307, Бел-16, Жир-26, Угл-3, А-374, С-1, Е-1, Са-118, Mg-20, Fe-3	68-15 <i>149</i>
200	Компот из плодов свежих витаминизированный <i>Яблоко. Сахар-песок. Кислота лимонная</i>	кКал-127, Угл-31, С-5, Са-16, Mg-6, Fe-1	9-5 <i>39</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>143</i>
Итого за Ужин		кКал-650, Бел-22, Жир-27, Угл-79, А-374, С-6, Е-2, Са-156, Mg-58, Fe-6	82-11
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	33-99 <i>140</i>
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	33-99
Итого за		кКал-2399, Бел-94, Жир-86, Угл-310, А-518, С-31, Е-10, Са-676, Mg-338, Fe-18	335-03

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

Директор _____

О.А.Мотовилова

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 п-твердый, ост-тый</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6 <i>✓170</i>
100/25	Запеканка из творога 100/25 <i>Творог, Крупа манная, Сахар-песок, Ябло-столовое, Сухари панировочные, Сметана 15%, Масло сливочное обогаченное, Молоко сквашенное</i>	кКал-333, Бел-27, Жир-15, Угл-21, А-87, С-1, Е-1, Са-235, Mg-35, Fe-1	62-44 <i>✓366</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3-25 <i>✓16</i>
Итого за Завтрак		кКал-562, Бел-35, Жир-19, Угл-64, А-106, С-1, Е-2, Са-388, Mg-64, Fe-3	77-29
<u>Обед</u>			
30	Огурцы свежие	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	13-65 <i>✓200</i>
200	Борщ со сметаной <i>Свекла, Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное, ЛП, Сахар-песок, Кислота лимонная, Вода, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-5, Угл-11, А-5, С-21, Е-2, Са-44, Mg-20, Fe-1	22-9 <i>✓114</i>
50/50	Гуляши из свинины <i>Свинина, Лук репчатый, Масло подсолнечное, ЛП, Томат-паста, Мука пшеничная выс обогаченная, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-187, Бел-14, Жир-13, Угл-3, Са-8, Mg-18, Fe-2	53-26 <i>✓156</i>
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогаченное</i>	кКал-234, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-127, Fe-4	14-95 <i>✓12</i>
200	Компот из изюма <i>Сахар-песок, Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	6-02 <i>✓4</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>✓184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>✓143</i>
Итого за Обед		кКал-822, Бел-30, Жир-25, Угл-117, А-36, С-24, Е-4, Са-129, Mg-214, Fe-9	115-24
Итого за		кКал-1384, Бел-65, Жир-44, Угл-181, А-142, С-25, Е-6, Са-517, Mg-278, Fe-12	192-53

Пижманская 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-твердый, ост-тый</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6 <i>✓170</i>
100/25	Запеканка из творога 100/25 <i>Творог, Крупа манная, Сахар-песок, Ябло-столовое, Сухари панировочные, Сметана 15%, Масло сливочное обогаченное, Молоко сквашенное</i>	кКал-333, Бел-27, Жир-15, Угл-21, А-87, С-1, Е-1, Са-235, Mg-35, Fe-1	62-44 <i>✓366</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3-25 <i>✓16</i>
шт	Мандарины		
Итого за Завтрак		кКал-562, Бел-35, Жир-19, Угл-64, А-106, С-1, Е-2, Са-388, Mg-64, Fe-3	77-29
Итого за		кКал-562, Бел-35, Жир-19, Угл-64, А-106, С-1, Е-2, Са-388, Mg-64, Fe-3	77-29

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

Директор _____ *О.А. Мотовилова* 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	Батон с маслом 30/10 <i>Батон паровой из муки 1 сорта. Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-03 <i>✓200</i>
200	Каша рисовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа рисовая. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в и/или упаковке. Сахар-песок. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-277, Бел-6, Жир-7, Угл-47, А-44, С-1, Са-136, Mg-41, Fe-1	24-97 <i>✓117</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обезжиренный. ШИ. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в и/или упаковке. Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-97 <i>✓164</i>
Итого за Завтрак		кКал-461, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-268, Mg-66, Fe-2	55-97
<u>Обед</u>			
60	Салат студенческий <i>Картофель, Морковь. Зеленый горошек. Яйцо столовое. Масло подсолнечное. ШИ. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-7, Угл-5, А-23, С-6, Е-3, Са-15, Mg-13, Fe-1	16-52 <i>✓176</i>
200	Суп картофельный с рыбными консервами <i>Картофель. Крупа рисовая. Лук репчатый. Морковь. Масло сливочное обезжиренное. Консервы рыбные. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-197, Бел-4, Жир-3, Угл-13, Са-139	19-67 <i>✓131</i>
70	Котлета Особая <i>Свинина. Лук репчатый. Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в и/или упаковке. Сахари рафинированные. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-113, Бел-7, Жир-5, Угл-9, А-2, С-2, Са-33, Mg-19, Fe-1	33-91 <i>✓245</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в и/или упаковке. Соль йодированная 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	27-89 <i>✓2</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3-25 <i>✓16</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>✓184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>✓43</i>
Итого за Обед		кКал-771, Бел-23, Жир-22, Угл-117, А-66, С-40, Е-4, Са-273, Mg-110, Fe-6	105-7
Итого за		кКал-1 232, Бел-34, Жир-33, Угл-195, А-130, С-48, Е-5, Са-541, Mg-176, Fe-8	161-67

Пижанская 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	Батон с маслом 30/10 <i>Батон паровой из муки 1 сорта. Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-03 <i>✓200</i>
200	Каша рисовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа рисовая. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в и/или упаковке. Сахар-песок. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-277, Бел-6, Жир-7, Угл-47, А-44, С-1, Са-136, Mg-41, Fe-1	24-97 <i>✓117</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обезжиренный. ШИ. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в и/или упаковке. Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-97 <i>✓164</i>
шт	Яблоки (шт.)		
Итого за Завтрак		кКал-513, Бел-11, Жир-11, Угл-92, А-64, С-18, Е-1, Са-284, Mg-75, Fe-4	55-97
Итого за		кКал-513, Бел-11, Жир-11, Угл-92, А-64, С-18, Е-1, Са-284, Mg-75, Fe-4	55-97

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

Директор _____ О.А. Мотовилова

Пижанская школа (Интернат 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Батон с маслом 30/10 <i>Батон паровой из муки 1 сорта. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-03 <i>20</i>
200	Каша рисовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа рисовая. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шпо упаковке. Сахар-песок. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-277, Бел-6, Жир-7, Угл-47, А-44, С-1, Са-136, Mg-41, Fe-1	24-97 <i>117</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный. ПП. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шпо упаковке. Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-97 <i>164</i>
Итого за Завтрак		кКал-461, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-268, Mg-66, Fe-2	55-97
Обед			
60	Салат студенческий <i>Картофель. Морковь. Зеленый горошек. Яйцо столовое. Масло поварачное ПП. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-7, Угл-5, А-23, С-6, Е-3, Са-15, Mg-13, Fe-1	16-52 <i>176</i>
200	Суп картофельный с рыбными консервами <i>Картофель. Крупа рисовая. Лук репчатый. Морковь. Масло сливочное обогащенное. Консервы рыбные. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-107, Бел-4, Жир-3, Угл-13, Са-139	19-67 <i>131</i>
70	Котлета Особая <i>Свинина. Лук репчатый. Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шпо упаковке. Сахар-песок. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-113, Бел-7, Жир-5, Угл-9, А-2, С-2, Са-33, Mg-19, Fe-1	33-91 <i>245</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шпо упаковке. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	27-89 <i>2</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3-25 <i>16</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>134</i>
30	Хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>143</i>
Итого за Обед		кКал-771, Бел-23, Жир-22, Угл-117, А-66, С-40, Е-4, Са-273, Mg-110, Fe-6	105-7
Полдник			
	Яблоки (шт.)	кКал-73, Бел-1, Жир-1, Угл-19, С-14, Са-22, Mg-13, Fe-3	38-81
Итого за Полдник		кКал-73, Бел-1, Жир-1, Угл-19, С-14, Са-22, Mg-13, Fe-3	38-81
Итого за		кКал-1305, Бел-35, Жир-34, Угл-214, А-130, С-62, Е-5, Са-563, Mg-189, Fe-11	200-48

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами *ср* Моговилова А.Н.

Директор *О.А. Моговилова* О.А. Моговилова

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 маслом 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13-48 <i>181</i>
200	Макаронные изделия отварные с сыром <i>Макаронны ср.д. Масло сливочное обезжиренное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сыр п-твердый детский</i>	кКал-392, Бел-13, Жир-21, Угл-44, А-102, Е-1, Са-211, Mg-20, Fe-1	24-39 <i>88</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай зеленый. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3-25 <i>16</i>
Итого за Завтрак		кКал-598, Бел-15, Жир-30, Угл-77, А-162, Е-1, Са-234, Mg-36, Fe-3	41-12
<u>Обед</u>			
60	Салат "Степной" <i>Картофель. Огурцы консервированные. Морковь. Лук репчатый. Зеленый горошек. Масло подсолнечное ДП. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>		14-16 <i>243</i>
200	Суп картофельный с сыром <i>Картофель. Морковь. Лук репчатый. Масло сливочное обезжиренное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сыр п-твердый детский. 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	24-88 <i>261</i>
70	Котлета Мясная <i>Гренок цыплят-бройлеров 1 категории замороженное. Свинина. Хлеб пшеничный. Лук репчатый. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в кино упаковке. Сухари пшеничные. Масло подсолнечное ДП. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-207, Бел-13, Жир-12, Угл-12, А-4, С-1, Е-1, Са-39, Mg-20, Fe-2	41-84 <i>235</i>
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронны ср.д. 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	9-79 <i>11</i>
30	Соус красный основной <i>Мя. обезжиренное обезжиренное. Мука пшеничная в с. обезжиренная. Томат-паста. 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	2-38 <i>86</i>
200	Компот из яблок и изюма <i>Яблоки. Сахар-песок. Кислота лимонная. Ш. вода</i>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	5-36 <i>4</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>143</i>
Итого за Обед		кКал-891, Бел-32, Жир-26, Угл-133, А-60, С-17, Е-11, Са-185, Mg-98, Fe-6	102-87
Итого за		кКал-1489, Бел-47, Жир-56, Угл-210, А-222, С-17, Е-12, Са-419, Mg-134, Fe-9	143-99

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 маслом 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13-48 <i>181</i>
200	Макаронные изделия отварные с сыром <i>Макаронны ср.д. Масло сливочное обезжиренное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сыр п-твердый детский</i>	кКал-392, Бел-13, Жир-21, Угл-44, А-102, Е-1, Са-211, Mg-20, Fe-1	24-39 <i>88</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай зеленый. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3-25 <i>16</i>
Итого за Завтрак		кКал-650, Бел-15, Жир-30, Угл-91, А-162, С-10, Е-1, Са-250, Mg-45, Fe-5	41-12
Итого за		кКал-650, Бел-15, Жир-30, Угл-91, А-162, С-10, Е-1, Са-250, Mg-45, Fe-5	41-12

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

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)
Завтрак			
40	Хлеб с маслом 30/10 <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13-48 <i>1181</i>
200	Макаронные изделия отварные с сыром <i>Макаронны гр.А. Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Сыр п-твердый детский</i>	кКал-392, Бел-13, Жир-21, Угл-44, А-102, Е-1, Са-211, Mg-20, Fe-1	24-39 <i>188</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3-25 <i>116</i>
Итого за Завтрак		кКал-598, Бел-15, Жир-30, Угл-77, А-162, Е-1, Са-234, Mg-36, Fe-3	41-12
Обед			
60	Салат "Степной" <i>Картофель, Огурцы консервированные, Морковь, Лук репчатый, Зеленый горошек, Масло подсолнечное, III, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>		14-16 <i>243</i>
200	Суп картофельный с сыром <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Сыр п-твердый детский, Масло цыплят-бройлеров I категории тушка</i>	кКал-123, Бел-6, Жир-6, Угл-12, А-15, С-15, Са-89, Mg-29, Fe-1	24-88 <i>261</i>
70	Котлета Мясная <i>Грудка цыплят-бройлеров I категории, изморозженное, Страница, Хлеб пшеничный, Лук репчатый, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в виде сливок, Сахарный йодированный, Масло подсолнечное, III, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-207, Бел-13, Жир-12, Угл-12, А-4, С-1, Е-1, Са-39, Mg-20, Fe-2	41-84 <i>235</i>
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронны гр.А. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Е-9, Са-17, Mg-10, Fe-1	9-79 <i>11</i>
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогащенное, Мука пшеничная вс. обогащенная, Томат-паста, Морковь, Лук репчатый, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-38 <i>186</i>
200	Компот из яблок и изюма <i>Яблоки, Сахар-песок, Кислота лимонная, Изюм</i>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	5-36 <i>14</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>143</i>
Итого за Обед		кКал-891, Бел-32, Жир-26, Угл-133, А-60, С-17, Е-11, Са-185, Mg-98, Fe-6	102-87
Полдник			
100	Манник <i>Крупа манная, Яйцо столовое, Сахар-песок, Сметана 15%, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-386, Бел-7, Жир-18, Угл-49, А-136, Е-1, Са-50, Mg-14, Fe-1	39-27 <i>262</i>
Итого за Полдник		кКал-386, Бел-7, Жир-18, Угл-49, А-136, Е-1, Са-50, Mg-14, Fe-1	39-27
Ужин			
200	Запеканка картофельная с мясом <i>Картофель, Страница, Лук репчатый, Яйцо столовое, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло подсолнечное, III, Сахарный йодированный</i>	кКал-343, Бел-17, Жир-17, Угл-31, А-44, С-36, Е-1, Са-34, Mg-58, Fe-4	86-49 <i>174</i>
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	7-13 <i>186</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>143</i>
Итого за Ужин		кКал-623, Бел-86, Жир-18, Угл-91, А-45, С-39, Е-2, Са-73, Mg-97, Fe-7	98-08
Полдник2			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	33-99 <i>40</i>
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	33-99
Итого за		кКал-2 682, Бел-146, Жир-97, Угл-379, А-403, С-56, Е-15, Са-542, Mg-245, Fe-17	315-33

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

Директор _____ О.А.Мотовилова