

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	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	14-65
200	Каша рисовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа рисовая. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-277, Бел-6, Жир-7, Угл-47, А-44, С-1, Са-136, Mg-41, Fe-1	24-88
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-68
Итого за Завтрак		кКал-461, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-268, Mg-66, Fe-2	55-21
Обед			
60	Салат "Мазайка" <i>Картофель. Морковь. Кукуруза консервированная. Огурцы. Масло подсолнечное ДП. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-106, Бел-2, Жир-6, Угл-12, С-5, Е-2, Са-14, Mg-25, Fe-1	18-15
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%. Мясо говядины-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	22-87
70	Котлета Особая <i>Свиноина. Лук репчатый. Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Сухари панировочные. Соль поваренная 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
150	Картофельное пюре <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. 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	27-89
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3-02
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-770, Бел-21, Жир-23, Угл-122, А-48, С-60, Е-5, Са-177, Mg-142, Fe-7	110-3
Полдник			
140	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-1304, Бел-33, Жир-35, Угл-219, А-112, С-82, Е-6, Са-467, Mg-221, Fe-12	204-32

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

Директор _____ О.А. Мотовилова