

Средняя школа Пижанка (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 детский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6 ✓ 170
200	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное. Крупа рисовая. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в пакете. Сахар-песок. Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-253, Бел-6, Жир-9, Угл-36, А-58, С-1, Са-134, Mg-40, Fe-1	23-51 ✓ 199
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обезжиренный ДП. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в пакете. Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-81 ✓ 83
Итого за Завтрак			50-92
<u>Обед</u>			
30	Огурцы свежие	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	7-87 ✓ 200
200	Щи из свежей капусты со сметаной <i>Капуста белокочанная. Картофель. Морковь. Масло подсолнечное ДП. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Составля 15%. Лук репчатый. Мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка</i>	кКал-57, Бел-2, Жир-3, Угл-6, А-5, С-26, Е-1, Са-43, Mg-19, Fe-1	22-08 ✓ 195
80	Кура отварная <i>Грубка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное. Лук репчатый</i>	кКал-119, Бел-409, Жир-345, Угл-7, А-871, В1-1, С-16, Е-13, Са-337, Mg-344, Fe-32	32-54 ✓ 118
150	Картофельное пюре <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в пакете. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-182, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-50, Mg-40, Fe-2	24-44 ✓ 11
200	Компот из кураги и изюма <i>Курага. Сахар-песок. Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	7-28 ✓ 4
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61 ✓ 184
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 ✓ 143
Итого за Обед			99-1
Итого за			150-02

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

Директор _____ О.А.Мотовилова

Средняя школа Пижжанка (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-твёрдый детский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в лод. улит, Сахар-песок, Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-253, Бел-6, Жир-9, Угл-36, А-58, С-1, Са-134, Mg-40, Fe-1	23-51
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обезжиренный ДШ, Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в лод. улит, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-81
1 шт	Яблоки (шт.)	кКал-63, Угл-17, С-12, Са-19, Mg-11, Fe-3	=
Итого за Завтрак		кКал-642, Бел-17, Жир-16, Угл-107, А-96, С-19, Е-1, Са-434, Mg-89, Fe-5	50-92
Итого за		кКал-642, Бел-17, Жир-16, Угл-107, А-96, С-19, Е-1, Са-434, Mg-89, Fe-5	50-92

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

Директор _____  О.А.Мотовилова

Интернат (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 п-твердый осетский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6 <i>170</i>
200	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено или фарино, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в п/о упаковке, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-253, Бел-6, Жир-9, Угл-36, А-58, С-1, Са-134, Mg-40, Fe-1	23-51 <i>199</i>
200	Какао с молоком <i>Какао-напиток обогащенный ДШ, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в п/о упаковке, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-81 <i>83</i>
Итого за Завтрак		кКал-579, Бел-17, Жир-16, Угл-90, А-96, С-7, Е-1, Са-415, Mg-78, Fe-2	50-92
<u>Обед</u>			
30	Огурцы свежие	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	7-87 <i>200</i>
200	Щи из свежей капусты со сметаной <i>Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Масло подсолнечное ДШ, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Лук репчатый, Мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка</i>	кКал-57, Бел-2, Жир-3, Угл-6, А-5, С-26, Е-1, Са-43, Mg-19, Fe-1	22-08 <i>95</i>
80	Кура отварная <i>Грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый</i>	кКал-119, Бел-409, Жир-345, Угл-7, А-871, В1-1, С-16, Е-13, Са-337, Mg-344, Fe-32	32-54 <i>117</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в п/о упаковке, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-182, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-50, Mg-40, Fe-2	24-44 <i>1</i>
200	Компот из кураги и изюма <i>Курага, Сахар-песок, Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	7-28 <i>14</i>
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61 <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-698, Бел-423, Жир-355, Угл-113, А-916, В1-1, С-77, Е-15, Са-490, Mg-457, Fe-38	99-1
<u>Полдник</u>			
50	Кондитерское изделие		10
Итого за Полдник			10
<u>Ужин</u>			
200	Плов из свинины <i>Свинина, Крупа рисовая, Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло подсолнечное Ш</i>	кКал-385, Бел-16, Жир-19, Угл-38, С-2, Е-4, Са-29, Mg-50, Fe-3	53-49 <i>94</i>
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 <i>116</i>
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61 <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-698, Бел-87, Жир-20, Угл-104, А-1, С-5, Е-5, Са-71, Mg-94, Fe-7	65-23
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	31-02 <i>140</i>
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	31-02
Итого за		кКал-2159, Бел-533, Жир-396, Угл-336, А-1013, В1-1, С-89, Е-21, Са-976, Mg-629, Fe-47	256-27

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.И.

Директор

О.А.Мотовилова