

Пижманская 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 обогащенное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13 <i>1181</i>
150	Омлет натуральный <i>Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упаков, Яйцо столовое, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-307, Бел-16, Жир-26, Угл-3, А-374, С-1, E-1, Са-118, Mg-20, Fe-3	67-27 <i>1149</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97 <i>116</i>
Итого за Завтрак		кКал-513, Бел-18, Жир-35, Угл-36, А-434, С-1, E-1, Са-141, Mg-36, Fe-5	83-24
<u>Обед</u>			
60	Салат "Зеленый с огурцами" <i>Капуста пекинская, Огурцы, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло подсолнечное Ш</i>	кКал-23, Бел-1, Жир-2, Угл-2, С-13, E-1, Са-16, Mg-7	15-11 <i>153</i>
200	Суп картофельный с бобовыми <i>Картофель, Горох колотый, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное Ш, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное-бройлеров I категории тушка</i>	кКал-128, Бел-7, Жир-4, Угл-15, А-4, С-9, E-1, Са-34, Mg-31, Fe-2	14-34 <i>158</i>
70	Наггетсы куриные <i>Грудка цыпленка-бройлера I категории замороженное, Яйцо столовое, Мука пшеничная в/с обогащенная, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Специи паприка молотая, Масло подсолнечное Ш</i>	кКал-213, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-20, С-1, E-2, Са-17, Mg-16, Fe-1	34-3 <i>1260</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Масло ультрапастеризованное обогащенное в ино упаков, Соль йодированная 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	25-48 <i>12</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97 <i>116</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, E-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>1184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>1143</i>
Итого за Обед		кКал-823, Бел-30, Жир-27, Угл-118, А-65, С-55, E-5, Са-154, Mg-132, Fe-8	96-66
Итого за		кКал-1336, Бел-48, Жир-62, Угл-154, А-499, С-56, E-6, Са-295, Mg-168, Fe-13	179-9

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

Директор _____ *О.А. Мотовилова*

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>			
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97 <i>116</i>
30	Кукуруза конс. (гарнировка)	кКал-98, Бел-3, Жир-1, Угл-18, Са-10, Mg-31, Fe-1	4-38 <i>242</i>
80	Кура отварная <i>Грудинка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый</i>	кКал-111, Бел-38,3, Жир-32,3, Угл-7, А-817, В1-1, С-15, Е-12, Са-316, Mg-323, Fe-30	39-88 <i>117</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Масло сливочное (термостабильное обогащенное и йодированное), 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	25-48 <i>12</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>
Итого за Завтрак		кКал-648, Бел-397, Жир-331, Угл-110, А-858, В1-1, С-47, Е-13, Са-410, Mg-428, Fe-36	75-32
Итого за		кКал-648, Бел-397, Жир-331, Угл-110, А-858, В1-1, С-47, Е-13, Са-410, Mg-428, Fe-36	75-32

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

Директор _____ *О.А. Мотовилова* 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 обогатненное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13 <i>✓181</i>
150	Омлет натуральный <i>Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шю упаковке, Яйцо столовое, Масло сливочное обогатненное, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-307, Бел-16, Жир-26, Угл-3, А-374, С-1, E-1, Са-118, Mg-20, Fe-3	67-27 <i>✓149</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97 <i>✓16</i>
Итого за Завтрак		кКал-513, Бел-18, Жир-35, Угл-36, А-434, С-1, E-1, Са-141, Mg-36, Fe-5	83-24
Обед			
60	Салат "Зеленый с огурцами" <i>Капуста пекинская, Огурцы, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло подсолнечное, ШИ</i>	кКал-23, Бел-1, Жир-2, Угл-2, С-13, E-1, Са-16, Mg-7	15-11 <i>✓53</i>
200	Суп картофельный с бобовыми <i>Картофель, Горох колотый, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, ШИ, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло циплат-бройлера 1 категории тушка</i>	кКал-128, Бел-7, Жир-4, Угл-15, А-4, С-9, E-1, Са-34, Mg-31, Fe-2	14-34 <i>✓58</i>
70	Наггетсы куриные <i>Грушка циплат-бройлера 1 категории замороженное, Яйцо столовое, Мука пшеничная в с обогатнения, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сухари панировочные, Масло подсолнечное, ШИ</i>	кКал-213, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-20, С-1, E-2, Са-17, Mg-16, Fe-1	34-3 <i>✓260</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шю упаковке, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-50, Mg-40, Fe-2	25-48 <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	2-97 <i>✓16</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, E-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-27, Угл-118, А-65, С-55, E-5, Са-154, Mg-132, Fe-8	96-66
Итого за		кКал-1335, Бел-48, Жир-62, Угл-154, А-499, С-56, E-6, Са-295, Mg-168, Fe-13	179-9

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

Директор _____ О.А.Мотовилова