

Пижанская школа (Школа 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 парижский из муки 1 сорта. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-76 <i>129</i>
200	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа овсяная (геркулес). Молоко ультрапастеризованное обогащенное в виде упаковки. Сахар-песок. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-232, Бел-6, Жир-9, Угл-32, А-62, Е-1, Са-123, Mg-35, Fe-1	19-36 <i>129</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	8-33 <i>116</i>
Итого за Завтрак		кКал-374, Бел-71, Жир-10, Угл-62, А-63, С-3, Е-2, Са-147, Mg-52, Fe-3	43-45
Обед			
60	Сельдь с/с с картофелем <i>С сельдью с, Картофель</i>	кКал-79, Бел-3, Жир-5, Угл-7, С-2, Са-13	15-28 <i>137</i>
200	Борщ со сметаной <i>Свекла, Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Кислота лимонная, Вода, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Мясо мялтых-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	25-76 <i>114</i>
70	Котлета Особая <i>Свинина, Лук репчатый, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в виде упаковки, Сухари панировочные, 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	36-4 <i>245</i>
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-234, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-127, Fe-4	19-49 <i>112</i>
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогащенное, Мука пшеничная в/с 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	2-59 <i>86</i>
200	Компот из сухофруктов <i>Компотная смесь, Сахар-песок</i>	кКал-72, Бел-1, Угл-18, С-50, Са-14, Mg-2	6-4 <i>81</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>134</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>143</i>
Итого за Обед		кКал-825, Бел-27, Жир-23, Угл-128, А-44, С-76, Е-4, Са-149, Mg-202, Fe-8	110-82
Итого за		кКал-1199, Бел-98, Жир-33, Угл-190, А-107, С-79, Е-6, Са-296, Mg-254, Fe-11	154-27

Пижанская школа (Школа 7-11лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Салат студенческий <i>Картофель, Морковь, Зеленый горошек, Ябло сливовое, Масло подсолнечное ДП, 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	17-61 <i>176</i>
60	Котлета Особая <i>Свинина, Лук репчатый, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в виде упаковки, Сухари панировочные, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-97, Бел-6, Жир-5, Угл-7, А-2, С-2, Са-28, Mg-17, Fe-1	31-2 <i>245</i>
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-234, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-127, Fe-4	19-49 <i>112</i>
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогащенное, Мука пшеничная в/с 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	2-59 <i>86</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>134</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	8-33 <i>143</i>
Итого за Завтрак		кКал-669, Бел-84, Жир-20, Угл-99, А-63, С-12, Е-5, Са-99, Mg-189, Fe-8	81-73
Итого за		кКал-669, Бел-84, Жир-20, Угл-99, А-63, С-12, Е-5, Са-99, Mg-189, Fe-8	81-73

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами *А.Н.* 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	Батон с маслом 30/10 <i>Батон нарезной из муки 1 сорта. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-76 <i>129</i>
200	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа овсяная (геркулес), Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шю упаковке, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-232, Бел-6, Жир-9, Угл-32, А-62, Е-1, Са-123, Mg-35, Fe-1	19-36 <i>129</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	8-33 <i>116</i>
Итого за Завтрак		кКал-374, Бел-71, Жир-10, Угл-62, А-63, С-3, Е-2, Са-147, Mg-52, Fe-3	43-45
Обед			
60	Сельдь с/с с картофелем <i>С сельдью м.с. Картофель</i>	кКал-79, Бел-3, Жир-5, Угл-7, С-2, Са-13	15-28 <i>137</i>
200	Борщ со сметаной <i>Свекла, Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное ДПП, 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	25-76 <i>114</i>
70	Котлета Особая <i>Свинина, Лук репчатый, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шю упаковке, 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	36-4 <i>245</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	19-49 <i>112</i>
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогатненное, Мука пшеничная в.с. обогатненная, 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	2-59 <i>86</i>
200	Компот из сухофруктов <i>Компотной смесь, Сахар-песок</i>	кКал-72, Бел-1, Угл-18, С-50, Са-14, Mg-2	6-4 <i>81</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>143</i>
Итого за Обед		кКал-825, Бел-27, Жир-23, Угл-128, А-44, С-76, Е-4, Са-149, Mg-202, Fe-8	110-82
Полдник			
50	Печенье (готовый продукт промышленного производства)	кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15 <i>139</i>
Итого за Полдник		кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15
Ужин			
80	Кура отварная <i>Грубка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-197, Бел-17, Жир-14, С-2, Са-25, Mg-18, Fe-1	44-83 <i>117</i>
200	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шю упаковке, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-240, Бел-5, Жир-8, Угл-36, А-53, С-42, Са-66, Mg-53, Fe-2	42-34 <i>2</i>
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	10-99 <i>39</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>143</i>
Итого за Ужин		кКал-780, Бел-28, Жир-23, Угл-112, А-53, С-49, Е-1, Са-129, Mg-109, Fe-6	103-06
Полдник2			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	33-99
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	33-99
Итого за		кКал-2 388, Бел-142, Жир-67, Угл-364, А-160, С-156, Е-7, Са-433, Mg-363, Fe-18	309-47

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)
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный, Сыр п-твёрдый охотский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	12-71 <i>№170</i>
200	Каша манная молочная с маслом сливочным <i>Крупа манная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке, Масло сливочное обогащенное, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-214, Бел-6, Жир-8, Угл-29, А-63, Е-1, Са-125, Mg-18	17-74 <i>№76</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке, Сахар-песок</i>	кКал-107, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-127, Mg-15	15-31 <i>№64</i>
Итого за Завтрак		кКал-489, Бел-17, Жир-15, Угл-70, А-101, С-7, Е-2, Са-390, Mg-56, Fe-1	45-76
<u>Обед</u>			
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	19-24 <i>№263</i>
200	Суп из овощей со сметаной <i>Клюква безкачественная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Зеленый горошек, Масло подсолнечное ДП, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка</i>	кКал-117, Бел-3, Жир-7, Угл-9, А-9, С-17, Е-2, Са-33, Mg-21, Fe-1	23-69 <i>№69</i>
50/50	Гуляш из мяса кур <i>Грудинка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Мука пшеничная в с обогащенная, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-168, Бел-12, Жир-12, Угл-3, А-19, С-2, Са-9, Mg-16, Fe-2	50-6 <i>№8</i>
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронный р-д, Соль поваренная 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	11-29 <i>№1</i>
200	Компот из изюма <i>Сахар-песок, Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	8-2 <i>№4</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>№84</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>№43</i>
Итого за Обед		кКал-942, Бел-30, Жир-32, Угл-132, А-63, С-24, Е-14, Са-116, Mg-113, Fe-7	117-92
<u>Полдник</u>			
100	Сдоба "Надежда"	кКал-298, Бел-8, Жир-5, Угл-55	20-13 <i>№111</i>
Итого за Полдник		кКал-298, Бел-8, Жир-5, Угл-55	20-13
<u>Ужин</u>			
200	Пельмени п/ф готовый <i>пе пельми, 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	98-97 <i>№53</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44 <i>№16</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>№84</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>№43</i>
Итого за Ужин		кКал-794, Бел-26, Жир-37, Угл-93, А-55, Е-1, Са-94, Mg-69, Fe-6	108-31
<u>Полдник2</u>			
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-2707, Бел-87, Жир-94, Угл-379, А-219, С-31, Е-17, Са-600, Mg-238, Fe-14	326-11

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 оетский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	12-71 <i>1180</i>
200	Каша манная молочная с маслом сливочным <i>Крупа манная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в што упаковке, Масло сливочное обогащенное, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-214, Бел-6, Жир-8, Угл-29, А-63, Е-1, Са-125, Mg-18	17-74 <i>176</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в што упаковке, Сахар-песок</i>	кКал-107, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-127, Mg-15	15-31 <i>164</i>
Итого за Завтрак			45-76
<u>Обед</u>			
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	19-24 <i>263</i>
200	Суп из овощей со сметаной <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Зеленый горошек, Масло подсолнечное ДП, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка</i>	кКал-117, Бел-3, Жир-7, Угл-9, А-9, С-17, Е-2, Са-33, Mg-21, Fe-1	23-69 <i>189</i>
50/50	Гуляши из мяса кур <i>Грушка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Мука пшеничная в с обогащенной, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-168, Бел-12, Жир-12, Угл-3, А-19, С-2, Са-9, Mg-16, Fe-2	50-6 <i>8</i>
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронные гр.А, Соль поваренная 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	11-29 <i>11</i>
200	Компот из изюма <i>Сахар-песок, Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	8-2 <i>4</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-8, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>143</i>
Итого за Обед			117-92
Итого за			163-68

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 оетский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	12-71 <i>1180</i>
200	Каша манная молочная с маслом сливочным <i>Крупа манная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в што упаковке, Масло сливочное обогащенное, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-214, Бел-6, Жир-8, Угл-29, А-63, Е-1, Са-125, Mg-18	17-74 <i>176</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в што упаковке, Сахар-песок</i>	кКал-107, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-127, Mg-15	15-31 <i>164</i>
Итого за Завтрак			45-76
Итого за			45-76

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.Н.

Директор

О.А.Мотовилова