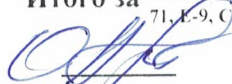


Интернат 2021-2022

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	12-9
200	Макаронные изделия отварные с сыром <i>Макароны 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	23-81
200	Какао с молоком <i>Какао-напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-31
Итого за Завтрак		кКал-695, Бел-18, Жир-33, Угл-88, А-181, С-6, Е-1, Са-362, Mg-45, Fe-2	52-02
<u>Обед</u>			
60	Салат из бел.капусты с зелёным горошком <i>Капуста белокочанная, Зеленый горошек, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Яйцо столовое</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-6, Угл-3, А-24, С-13, Е-2, Са-23, Mg-9, Fe-1	9-38
200	Рассольник со сметаной <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Огурцы консервированные, Крупа перловая, Мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%</i>	кКал-75, Бел-2, Жир-3, Угл-10, А-5, С-9, Е-1, Са-26, Mg-18, Fe-1	20-49
70	Котлета Мясная <i>Грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Свиинина, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сухари панировочные, Масло подсолнечное ДП, 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	37-77
150	Каша рисовая рассыпчатая <i>Крупа рисовая, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-206, Бел-4, Жир-4, Угл-39, А-24, Са-13, Mg-28, Fe-1	11-22
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	2-2
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-86
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед		кКал-893, Бел-29, Жир-27, Угл-135, А-64, С-24, Е-5, Са-144, Mg-120, Fe-9	88-81
<u>Полдник</u>			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2
Итого за Полдник		кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2
<u>Ужин</u>			
200	Запеканка картофельная с мясом <i>Картофель, Свиинина, Лук репчатый, Яйцо столовое, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло подсолнечное ДП, Сухари панировочные</i>	кКал-343, Бел-17, Жир-17, Угл-31, А-44, С-36, Е-1, Са-34, Mg-58, Fe-4	83-08
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	5-53
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Ужин		кКал-656, Бел-88, Жир-18, Угл-97, А-45, С-39, Е-2, Са-76, Mg-102, Fe-8	93-5
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	29-04
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	29-04
Итого за		кКал-2582, Бел-145, Жир-87, Угл-375, А-290, С-71, А-9, Са-588, Mg-272, Fe-19	276-57


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 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	12-9
150	Макаронные изделия отварные с сыром <i>Макароны гр.А, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Сыр п-твердый детский</i>	кКал-294, Бел-10, Жир-16, Угл-33, А-76, Е-1, Са-158, Mg-15, Fe-1	23-81
200	Какао с молоком <i>Какао-напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-31
Итого за Завтрак		кКал-597, Бел-15, Жир-28, Угл-77, А-155, С-6, Е-1, Са-309, Mg-40, Fe-2	52-02
<u>Обед</u>			
60	Салат из бел.капусты с зелёным горошком <i>Капуста белокачанная, Зеленый горошек, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Яйцо столовое</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-6, Угл-3, А-24, С-13, Е-2, Са-23, Mg-9, Fe-1	9-38
200	Рассольник со сметаной <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Огурцы консервированные, Крупа перловая, Мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%</i>	кКал-75, Бел-2, Жир-3, Угл-10, А-5, С-9, Е-1, Са-26, Mg-18, Fe-1	20-49
70	Котлета Мясная <i>Грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Свинина, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сухари панировочные, Масло подсолнечное ДП, 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	37-77
150	Каша рисовая рассыпчатая <i>Крупа рисовая, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-206, Бел-4, Жир-4, Угл-39, А-24, Са-13, Mg-28, Fe-1	11-22
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	2-2
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-86
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед		кКал-893, Бел-29, Жир-27, Угл-135, А-64, С-24, Е-5, Са-144, Mg-120, Fe-9	88-81
Итого за		кКал-1490, Бел-44, Жир-55, Угл-212, А-219, С-30, Е-6, Са-453, Mg-160, Fe-11	140-83