

Пижжанская 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 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	14-41 <i>✓181</i>
200	Суп молочный с лапшой <i>Макаронны ультрапастеризованное обогатненное в шв упаковке, Макароны гр.А. Масло сливочное обогатненное, Сахар-песок. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-121, Бел-4, Жир-4, Угл-16, А-24, С-1, Са-108, Mg-14	15-36 <i>✓112</i>
40	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5, А-100, Са-22, Mg-5, Fe-1	14-85 <i>✓177</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>✓116</i>
Итого за Завтрак		кКал-390, Бел-11, Жир-18, Угл-49, А-184, С-1, Са-153, Mg-35, Fe-3	49-06
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной <i>Картофель, Свекла, Морковь, Огурцы консервированные, Капуста квашеная, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Е-1, Са-13, Mg-11	12-24 <i>✓135</i>
200	Суп картофельный с макаронными изделиями <i>Макаронны гр.А, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-95, Бел-4, Жир-3, Угл-13, А-4, С-6, Е-2, Са-19, Mg-13, Fe-1	11-02 <i>✓78</i>
80	Кура отварная <i>Грудка курицы-бройлера I категории замороженное, Лук репчатый, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-197, Бел-17, Жир-14, С-2, Са-25, Mg-18, Fe-1	44-83 <i>✓117</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шв упаковке, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	31-76 <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	4-44 <i>✓116</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-827, Бел-32, Жир-30, Угл-107, А-45, С-45, Е-4, Са-143, Mg-120, Fe-6	109-19
Итого за		кКал-1217, Бел-43, Жир-48, Угл-156, А-229, С-46, Е-4, Са-296, Mg-155, Fe-9	158-25

Пижжанская 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>			
30	Огурцы свежие	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	12-85 <i>✓200</i>
80	Кура отварная <i>Грудка курицы-бройлера I категории замороженное, Лук репчатый, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-197, Бел-17, Жир-14, С-2, Са-25, Mg-18, Fe-1	44-83 <i>✓117</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шв упаковке, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	31-76 <i>✓2</i>
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3 <i>✓184</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>✓116</i>
Итого за Завтрак		кКал-642, Бел-28, Жир-21, Угл-87, А-41, С-37, Е-1, Са-122, Mg-100, Fe-5	96-88
Итого за		кКал-642, Бел-28, Жир-21, Угл-87, А-41, С-37, Е-1, Са-122, Mg-100, Fe-5	96-88

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.Н.

Директор

О.А.Мотовилова

Пижжанская 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	14-41 <i>№181</i>
200	Суп молочный с лапшой <i>Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шпо упаковке, Макароны гр.А, Масло сливочное обогатненное, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-121, Бел-4, Жир-4, Угл-16, А-24, С-1, Са-108, Mg-14	15-36 <i>№112</i>
40	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5, А-100, Са-22, Mg-5, Fe-1	14-85 <i>№177</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>
Итого за Завтрак		кКал-390, Бел-11, Жир-18, Угл-49, А-184, С-1, Са-153, Mg-35, Fe-3	49-06
Обед			
60	Винегрет овощной <i>Картофель, Свекла, Морковь, Огурцы консервированные, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Масло подсолнечное, III</i>	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, E-1, Са-13, Mg-11	12-24 <i>№135</i>
200	Суп картофельный с макаронными изделиями <i>Макароны гр.А, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, III, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное-бродерев, I категории туника</i>	кКал-95, Бел-4, Жир-3, Угл-13, А-4, С-6, E-2, Са-19, Mg-13, Fe-1	11-02 <i>№78</i>
80	Кура отварная <i>Груда куриных-бродерев I категории замороженная, 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>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шпо упаковке, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	31-76 <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	4-44 <i>№16</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, E-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-827, Бел-32, Жир-30, Угл-107, А-45, С-45, E-4, Са-143, Mg-120, Fe-6	109-19
Полдник			
	Яблоки (шт.)	кКал-84, Бел-1, Жир-1, Угл-22, С-16, Са-26, Mg-14, Fe-4	44-35
Итого за Полдник		кКал-84, Бел-1, Жир-1, Угл-22, С-16, Са-26, Mg-14, Fe-4	44-35
Итого за		кКал-1301, Бел-44, Жир-49, Угл-178, А-229, С-62, E-4, Са-322, Mg-169, Fe-13	202-6

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

Директор _____ О.А.Мотовилова

Пижанская 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-творожный остеский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	12-71 <i>1170</i>
200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшеница шлифованная. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 унак. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное.</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	20-18 <i>136</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный. П. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 унак. Сахар-песок.</i>	кКал-107, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-127, Mg-15	15-31 <i>1164</i>
Итого за Завтрак			48-2
<u>Обед</u>			
30	Помидоры свежие	кКал-21, Бел-1, Угл-3, С-22, Е-1, Са-12, Mg-17, Fe-1	16-63 <i>1002</i>
200	Суп-пюре из картофеля <i>Картофель. Морковь. Мука пшеничная в с обогащенная. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 унак. Масло сливочное обогащенное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Мясо птицы-бройлеров I категории тушка</i>	кКал-140, Бел-5, Жир-6, Угл-16, А-34, С-15, Са-57, Mg-27, Fe-1	27-23 <i>1196</i>
70	Наггетсы куриные <i>Грудка птицы-бройлеров I категории замороженная. Яйца столовые. Мука пшеничная в с обогащенная. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сахари рафинированные. Масло подсолнечное. П.</i>	кКал-213, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-20, С-1, Е-2, Са-17, Mg-16, Fe-1	39-39 <i>1260</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>
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогащенное. Мука пшеничная в с обогащенная. 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>186</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>139</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-59 <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			113-02
Итого за			161-22

Пижанская 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-творожный остеский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	12-71 <i>1170</i>
200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшеница шлифованная. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 унак. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное.</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	20-18 <i>136</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>116</i>
Итого за Завтрак			37-33
Итого за			37-33

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-твердый острый</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 пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшеничная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в т/ю упаковке, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	20-18 <i>№36</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>
Итого за Завтрак		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	37-33
<u>Обед</u>			
30	Помидоры свежие	кКал-21, Бел-1, Угл-3, С-22, Е-1, Са-12, Mg-17, Fe-1	16-63 <i>№202</i>
200	Суп-пюре из картофеля <i>Картофель, Морковь, Мука пшеничная в с. обогащенная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в т/ю упаковке, Масло сливочное обогащенное, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка</i>	кКал-140, Бел-5, Жир-6, Угл-16, А-34, С-15, Са-57, Mg-27, Fe-1	27-23 <i>№196</i>
70	Наггетсы куриные <i>Грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженная, Яйцо столовое, Мука пшеничная в с. обогащенная, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сухари панировочные, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-213, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-20, С-1, Е-2, Са-17, Mg-16, Fe-1	39-39 <i>№260</i>
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронны 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>№1</i>
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогащенное, Мука пшеничная в с. обогащенная, 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 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 Обед		кКал-986, Бел-31, Жир-28, Угл-151, А-95, С-44, Е-13, Са-144, Mg-110, Fe-7	113-02
<u>Полдник</u>			
50	Печенье (готовый продукт промышленного производства)	кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15 <i>№39</i>
Итого за Полдник		кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15
<u>Ужин</u>			
250	Жаркое по- домашнему <i>Свинина, Картофель, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-434, Бел-20, Жир-22, Угл-40, С-50, Е-4, Са-46, Mg-76, Fe-5	85-07 <i>№188</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>
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3 <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-744, Бел-28, Жир-23, Угл-109, А-1, С-50, Е-5, Са-86, Mg-119, Fe-9	94-9
<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-2 614, Бел-90, Жир-75, Угл-399, А-177, С-122, Е-19, Са-516, Mg-301, Fe-20	297-39

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

Директор _____ О.А.Мотовилова