

Пижжанская школа (Школа 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный, Сыр п-творожный осетский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-62
200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшеница шлифованная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в што 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	19-06
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
Итого за Завтрак		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-65
Обед			
60	Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом	кКал-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6, С-23, Е-2, Са-29, Mg-12	10-97
200	Суп-пюре из картофеля <i>Картофель, Морковь, Мука пшеничная в с обогащенная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в што упаковке, Масло сливочное обогащенное, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Мясо цыплят-бройлеров I категории тушка, Лист лавровый</i>	кКал-140, Бел-5, Жир-6, Угл-16, А-34, С-15, Са-57, Mg-27, Fe-1	25-51
70	Биточки (котлеты) из мяса кур <i>Грутка цыплят-бройлеров I категории замороженное, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в што упаковке, Мука пшеничная в с обогащенная, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-211, Бел-14, Жир-12, Угл-12, Са-34, Fe-1	35-21
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	9-36
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	2-21
200	Компот из плодов свежих витаминизированный <i>Яблоки, Сахар-песок, Кислота лимонная, Апельсин</i>	кКал-127, Угл-31, С-5, Са-16, Mg-6, Fe-1	12-06
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед		кКал-1 028, Бел-33, Жир-30, Угл-155, А-75, С-44, Е-12, Са-178, Mg-89, Fe-6	99-78
Итого за		кКал-1 503, Бел-48, Жир-43, Угл-232, А-156, С-44, Е-13, Са-456, Mg-161, Fe-9	130-38

Средняя школа Пижжанка (Школа 7-11лет)

Выход	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),	Стоимость
Завтрак			
40	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный, Сыр п-творожный осетский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-62
200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшеница шлифованная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в што упаковке, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	19-06
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
Итого за Завтрак		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-65

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

Директор _____



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 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	11-62
200	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшено шлифованное, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип.упаке, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	19-06
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
Итого за Завтрак		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-65
Обед			
60	Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом <i>Капуста белокачанная, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6, С-23, Е-2, Са-29, Mg-12	10-97
200	Суп-пюре из картофеля <i>Картофель, Морковь, Мука пшеничная в с.обогатенная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип.упаке, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Мясо цыплят-бройлеров I категории тушка</i>	кКал-140, Бел-5, Жир-6, Угл-16, А-34, С-15, Са-57, Mg-27, Fe-1	25-51
70	Биточки (котлеты) из мяса кур <i>Грудка цыплят-бройлеров I категории замороженное, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип.упаке, Мука пшеничная в с.обогатенная, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-211, Бел-14, Жир-12, Угл-12, Са-34, Fe-1	35-21
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронные гр.А, Соль йодированная 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	9-36
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогащенное, Мука пшеничная в с.обогатенная, 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	2-21
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	12-06
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28
Итого за Обед		кКал-1 028, Бел-33, Жир-30, Угл-155, А-75, С-44, Е-12, Са-178, Mg-89, Fe-6	99-78
Полдник			
50	Печенье (готовый продукт промышленного производства)	кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	16-5
Итого за Полдник		кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	16-5
Ужин			
250	Жаркое по- домашнему <i>Свинина, Картофель, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-434, Бел-20, Жир-22, Угл-40, С-50, Е-4, Са-46, Mg-76, Fe-5	75-6
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
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-744, Бел-28, Жир-23, Угл-109, А-1, С-50, Е-5, Са-86, Mg-119, Fe-9	83-46
Полдник2			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	31-52
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	31-52
Итого за		кКал-2 656, Бел-92, Жир-77, Угл-403, А-157, С-122, Е-18, Са-550, Mg-280, Fe-19	264-91

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.Н.

Директор



О.А.Мотовилова