

## Пижанская школа ( Школа 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Хлеб с сыром 30/10</b> <i>Хлеб пшеничный. Сыр п-твёрдый детский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6 ✓170
200	<b>Каши молочная "Дружба"</b> <i>Крупа пшено пшеничное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид упак. Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-252, Бел-6, Жир-9, Угл-35, А-58, С-1, Са-133, Mg-39, Fe-1	24-77 ✓199
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао-порошок обогащенный Ш, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид упак. Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	16-37 ✓83
<b>Итого за Завтрак</b>			52-74
<b>Обед</b>			
30	<b>Зеленый горошек(гарнировка)</b>	кКал-12, Бел-1, Угл-2, С-3, Са-6, Mg-6	9-21 ✓18
200	<b>Суп картофельный с рыбными консервами</b> <i>Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное обогащенное, Консервы рыбные, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-107, Бел-4, Жир-3, Угл-13, Са-139	19-67 ✓131
80	<b>Кура отварная</b> <i>Грубка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-105, Бел-361, Жир-304, Угл-7, А-769, В1-1, С-14, Е-11, Са-298, Mg-304, Fe-28	37-67 ✓117
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид упак. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	27-89 ✓2
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай зерный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3-02 ✓16
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 ✓184
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 ✓143
<b>Итого за Обед</b>			101-92
<b>Итого за</b>			154-66

## Пижанская школа ( Школа 7-11лет )

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Хлеб с сыром 30/10</b> <i>Хлеб пшеничный. Сыр п-твёрдый детский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6 ✓170
200	<b>Каши молочная "Дружба"</b> <i>Крупа пшено пшеничное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид упак. Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-252, Бел-6, Жир-9, Угл-35, А-58, С-1, Са-133, Mg-39, Fe-1	24-77 ✓199
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао-порошок обогащенный Ш, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид упак. Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	16-37 ✓83
1	<b>Яблоки (шт.)</b>	кКал-1	=
<b>Итого за Завтрак</b>			52-74
<b>Итого за</b>			52-74

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)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Хлеб с сыром 30/10</b> <i>Хлеб пшеничный. Сыр п-твердый остеклый</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6 <i>✓170</i>
200	<b>Каша молочная "Дружба"</b> <i>Крупа пшено или флюидное. Крупа рисовая. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд.упак. Сахар-песок. Масло сливочное обогащенное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-252, Бел-6, Жир-9, Угл-35, А-58, С-1, Са-133, Mg-39, Fe-1	24-77 <i>✓199</i>
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао-порошок 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	16-37 <i>✓83</i>
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>52-74</b>
<b>Обед</b>			
30	<b>Зеленый горошек(гарнировка)</b>	кКал-12, Бел-1, Угл-2, С-3, Са-6, Mg-6	9-21 <i>✓18</i>
200	<b>Суп картофельный с рыбными консервами</b> <i>Картофель. Крупа рисовая. Лук репчатый. Морковь. Масло сливочное обогащенное. Консервы рыбные. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-107, Бел-4, Жир-3, Угл-13, Са-139	19-67 <i>✓131</i>
80	<b>Кура отварная</b> <i>Груда курица-бройлера 1 категории замороженное. Лук репчатый. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-105, Бел-36,1, Жир-30,4, Угл-7, А-769, В1-1, С-14, Е-11, Са-298, Mg-304, Fe-28	37-67 <i>✓117</i>
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд.упак. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	27-89 <i>✓2</i>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3-02 <i>✓16</i>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>✓184</i>
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>✓143</i>
<b>Итого за Обед</b>			<b>101-92</b>
<b>Полдник</b>			
50	<b>Витушка с маком</b>		15-33 <i>✓174</i>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>15-33</b>
<b>Ужин</b>			
200	<b>Плов из свинины</b> <i>Свинина. Крупа рисовая. Морковь. Лук репчатый. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-385, Бел-16, Жир-19, Угл-38, С-2, Е-4, Са-29, Mg-50, Fe-3	55-47 <i>✓94</i>
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>Чай черный. Сахар-песок. Лимон</i>	кКал-64, Бел-6,3, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	6-9 <i>✓186</i>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>✓184</i>
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>✓143</i>
<b>Итого за Ужин</b>			<b>66-83</b>
<b>Полдник2</b>			
200	<b>Йогурт славянский жирн. 2,5%</b>	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	33-99 <i>✓40</i>
<b>Итого за Полдник2</b>			<b>33-99</b>
<b>Итого за</b>			<b>270-81</b>

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

Директор \_\_\_\_\_ О.А.Мотовилова