

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-тирольный осетский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке, 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	24-42
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	16-01
Итого за Завтрак		кКал-578, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	52-03
<u>Обед</u>			
30	Зеленый горошек(гарнировка)	кКал-12, Бел-1, Угл-2, С-3, Са-6, Mg-6	9-21
200	Суп картофельный с рыбными консервами	кКал-107, Бел-4, Жир-3, Угл-13, Са-139	19-64
80	Кура отварная <i>Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное обогащенное, Консервы рыбные, 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
150	Картофельное пюре <i>Грушка чипли-бронзерс 1 категории замороженные, Лук репчатый, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	27-84
200	Чай с сахаром <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3
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-681, Бел-376, Жир-314, Угл-112, А-810, В1-1, С-49, Е-12, Са-529, Mg-388, Fe-32	101-82
<u>Полдник</u>			
50	Витушка с маком		15-33
Итого за Полдник			15-33
<u>Ужин</u>			
200	Плов из свинины <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
200	Чай с лимоном <i>Кал-черный, Сахар-песок, Лимон</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	6-88
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 Ужин		кКал-665, Бел-85, Жир-20, Угл-98, А-1, С-5, Е-5, Са-68, Mg-89, Fe-6	66-81
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за		кКал-2108, Бел-484, Жир-355, Угл-328, А-907, В1-1, С-61, Е-18, Са-1011, Mg-554, Fe-40	268-33

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 отеческий</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шпо упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-252, Бел-6, Жир-9, Угл-35, А-58, С-1, Са-133, Mg-39, Fe-1	24-42
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шпо упак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	16-01
Итого за Завтрак		кКал-578, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	52-03
<u>Обед</u>			
30	Зеленый горошек(гарнировка)	кКал-12, Бел-1, Угл-2, С-3, Са-6, Mg-6	9-21
200	Суп картофельный с рыбными консервами <i>Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное обогащенное, Консервы рыбные, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-107, Бел-4, Жир-3, Угл-13, Са-139	19-64
80	Кура отварная <i>Груда цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый, Соль йодированная 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
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шпо упак, Соль йодированная 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	27-84
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3
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-681, Бел-376, Жир-314, Угл-112, А-810, В1-1, С-49, Е-12, Са-529, Mg-388, Fe-32	101-82
Итого за		кКал-1 259, Бел-393, Жир-330, Угл-201, А-906, В1-1, С-56, Е-13, Са-943, Mg-465, Fe-34	153-85

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 отеческий</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шпо упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-252, Бел-6, Жир-9, Угл-35, А-58, С-1, Са-133, Mg-39, Fe-1	24-42
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шпо упак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	16-01
Итого за Завтрак		кКал-578, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	52-03
Итого за		кКал-578, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	52-03

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.И.

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 осетский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-252, Бел-6, Жир-9, Угл-35, А-58, С-1, Са-133, Mg-39, Fe-1	24-42
200	Какао с молоком <i>Какао-напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	16-01
Итого за Завтрак		кКал-578, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	52-03
<u>Обед</u>			
30	Зеленый горошек(гарнировка)	кКал-12, Бел-1, Угл-2, С-3, Са-6, Mg-6	9-21
200	Суп картофельный с рыбными консервами <i>Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное обогащенное, Консервы рыбные, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-107, Бел-4, Жир-3, Угл-13, Са-139	19-64
80	Кура отварная <i>Грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый, Соль йодированная 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
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, Соль йодированная 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	27-84
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3
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-681, Бел-376, Жир-314, Угл-112, А-810, В1-1, С-49, Е-12, Са-529, Mg-388, Fe-32	101-82
Итого за		кКал-1 259, Бел-393, Жир-330, Угл-201, А-906, В1-1, С-56, Е-13, Са-943, Mg-465, Fe-34	153-85

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 осетский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-252, Бел-6, Жир-9, Угл-35, А-58, С-1, Са-133, Mg-39, Fe-1	24-42
200	Какао с молоком <i>Какао-напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	16-01
Итого за Завтрак		кКал-578, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	52-03
Итого за		кКал-578, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	52-03

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 детский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено илифюанное. Крупа рисовая. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упак. Сахар-песок. Масло сливочное обогащенное. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-252, Бел-6, Жир-9, Угл-35, А-58, С-1, Са-133, Mg-39, Fe-1	24-42
200	Какао с молоком <i>Какао-напиток обогащенный ДП. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упак. Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	16-01
Итого за Завтрак		кКал-578, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	52-03
<u>Обед</u>			
30	Зеленый горошек(гарнировка)	кКал-12, Бел-1, Угл-2, С-3, Са-6, Mg-6	9-21
200	Суп картофельный с рыбными консервами	кКал-107, Бел-4, Жир-3, Угл-13, Са-139	19-64
80	Кура отварная <i>Картофель. Крупа рисовая. Лук репчатый. Морковь. Масло сливочное обогащенное. Консервы рыбные. Соль йодированная 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
150	Картофельное пюре <i>Грушка цитрит-бриллеров I категории замороженное. Лук репчатый. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	27-84
200	Чай с сахаром <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упак. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3
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-681, Бел-376, Жир-314, Угл-112, А-810, В1-1, С-49, Е-12, Са-529, Mg-388, Fe-32	101-82
<u>Полдник</u>			
50	Витушка с маком		15-33
Итого за Полдник			15-33
<u>Ужин</u>			
200	Плов из свинины <i>Свинина. Крупа рисовая. Морковь. Лук репчатый. Соль йодированная 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
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	6-88
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 Ужин		кКал-665, Бел-85, Жир-20, Угл-98, А-1, С-5, Е-5, Са-68, Mg-89, Fe-6	66-81
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за		кКал-2108, Бел-484, Жир-355, Угл-328, А-907, В1-1, С-61, Е-18, Са-1011, Mg-554, Fe-40	268-33

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
<u>Завтрак</u>			
40	Батон с маслом 30/10 <i>Батон нарезной из муки 1 сорта, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	14-65
200	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа овсяная (геркулес), Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке, Сахар-песок, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-232, Бел-6, Жир-9, Угл-32, А-62, Е-1, Са-123, Mg-35, Fe-1	18-5
200	Чай с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	6-88
Итого за Завтрак		кКал-374, Бел-71, Жир-10, Угл-62, А-63, С-3, Е-2, Са-147, Mg-52, Fe-3	40-03
<u>Обед</u>			
60	Салат студенческий <i>Картофель, Морковь, Зеленый горошек, Яблоко столовое, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-7, Угл-5, А-23, С-6, Е-3, Са-15, Mg-13, Fe-1	16-52
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 повышенным 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	22-7
70	Комплета Особая <i>Свинина, Лук репчатый, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке, Сухари панировочные, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-113, Бел-7, Жир-5, Угл-9, А-2, С-2, Са-33, Mg-19, Fe-1	33-88
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-231, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-126, Fe-4	16-93
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогащенное, Мука пшеничная в с обогащенная, Томат-паста, Морковь, Лук репчатый, Сахар-песок, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-34
200	Компот из сухофруктов <i>Компотная смесь, Сахар-песок</i>	кКал-72, Бел-1, Угл-18, С-50, Са-14, Mg-2	5-31
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-837, Бел-26, Жир-25, Угл-126, А-67, С-80, Е-7, Са-151, Mg-214, Fe-9	102-14
Итого за		кКал-1 211, Бел-97, Жир-35, Угл-188, А-130, С-83, Е-9, Са-298, Mg-266, Fe-12	142-17

Пижманская школа (Школа 7-11лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
200	Чай с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	6-88
60	Салат студенческий <i>Картофель, Морковь, Зеленый горошек, Яблоко столовое, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-7, Угл-5, А-23, С-6, Е-3, Са-15, Mg-13, Fe-1	16-52
60	Комплета Особая <i>Свинина, Лук репчатый, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке, Сухари панировочные, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-97, Бел-6, Жир-5, Угл-7, А-2, С-2, Са-28, Mg-17, Fe-1	29-04
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-231, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-126, Fe-4	16-93
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогащенное, Мука пшеничная в с обогащенная, Томат-паста, Морковь, Лук репчатый, Сахар-песок, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-34
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18
Итого за Завтрак		кКал-666, Бел-84, Жир-20, Угл-99, А-63, С-12, Е-5, Са-99, Mg-188, Fe-8	73-89
Итого за		кКал-666, Бел-84, Жир-20, Угл-99, А-63, С-12, Е-5, Са-99, Mg-188, Fe-8	73-89

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
Завтрак			
40	Батон с маслом 30/10 <i>Батон паровой из муки 1 сорта, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	14-65
200	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа овсяная (геркулес), Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид 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	18-5
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	6-88
Итого за Завтрак		кКал-374, Бел-71, Жир-10, Угл-62, А-63, С-3, Е-2, Са-147, Mg-52, Fe-3	40-03
Обед			
60	Салат студенческий <i>Картофель, Морковь, Зеленый горошек, Яйцо столовое, 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	16-52
200	Борщ со сметаной <i>Свекла, Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Кислота лимонная, Вода, Соль йодированная 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	22-7
70	Котлета Особая <i>Свинина, Лук репчатый, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, Сахари натуральные, 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	33-88
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-231, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-126, Fe-4	16-93
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	2-34
200	Компот из сухофруктов <i>Компотная смесь, Сахар-песок</i>	кКал-72, Бел-1, Угл-18, С-50, Са-14, Mg-2	5-31
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-837, Бел-26, Жир-25, Угл-126, А-67, С-80, Е-7, Са-151, Mg-214, Fe-9	102-14
Полдник			
50	Печенье (готовый продукт промышленного производства)	кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15
Итого за Полдник		кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15
Ужин			
80	Кура отварная <i>Груди цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый, Соль йодированная 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
200	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-240, Бел-5, Жир-8, Угл-36, А-53, С-42, Са-66, Mg-53, Fe-2	37-09
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	9-06
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 Ужин		кКал-688, Бел-372, Жир-313, Угл-119, А-822, В1-1, С-61, Е-12, Са-402, Mg-395, Fe-33	88-28
Полдник2			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за		кКал-2308, Бел-485, Жир-359, Угл-369, А-952, В1-1, С-172, Е-21, Са-708, Mg-661, Fe-46	280-94

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 острый</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша манная молочная с маслом сливочным <i>Крупа манная. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в што упак. Масло сливочное обогащенное. Сахар-песок. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-214, Бел-6, Жир-8, Угл-29, А-63, Е-1, Са-125, Mg-18	16-95
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в што упак. Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-48
Итого за Завтрак		кКал-488, Бел-17, Жир-15, Угл-70, А-101, С-7, Е-2, Са-388, Mg-56, Fe-1	44-03
<u>Обед</u>			
60	Салат картофельный с кальмарами <i>Картофель. Лук репчатый. Кальмары. Кислота лимонная. Вода. Масло подсолнечное ДП. Сахар-песок. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-55, Бел-1, Жир-2, Угл-7, С-9, Е-1, Са-9, Mg-11	20-59
200	Суп из овощей со сметаной <i>Капуста белокачанная. Картофель. Морковь. Лук репчатый. Зеленый горошек. Масло подсолнечное ДП. Соль йодированная 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	21-57
50/50	Гуляш из мяса кур <i>Груока цыплят-бройлеров 1 категории замороженное. Лук репчатый. Морковь. Масло подсолнечное ДП. Томат-паста. Мука пшеничная в с обогащенная. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-168, Бел-12, Жир-12, Угл-3, А-19, С-2, Са-9, Mg-16, Fe-2	45-23
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронны 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	9-7
200	Компот из изюма <i>Сахар-песок. Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	5-78
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-891, Бел-29, Жир-28, Угл-127, А-63, С-28, Е-13, Са-111, Mg-99, Fe-6	107-33
<u>Полдник</u>			
100	Сдоба "Надежда"	кКал-298, Бел-8, Жир-5, Угл-55	19-8
Итого за Полдник		кКал-298, Бел-8, Жир-5, Угл-55	19-8
<u>Ужин</u>			
200	Пельмени н/ф готовый <i>пельмени. Сметана 15%. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-517, Бел-20, Жир-36, Угл-30, А-54, Са-57, Mg-31, Fe-3	98-64
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3
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 Ужин		кКал-794, Бел-26, Жир-37, Угл-93, А-55, Е-1, Са-94, Mg-69, Fe-6	106-1
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за		кКал-2 655, Бел-86, Жир-90, Угл-374, А-219, С-35, Е-16, Са-593, Mg-224, Fe-13	309-6

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 остский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша манная молочная с маслом сливочным <i>Крупа манная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упак, Масло сливочное обогащенное, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-214, Бел-6, Жир-8, Угл-29, А-63, Е-1, Са-125, Mg-18	16-95
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упак, Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-48
Итого за Завтрак			44-03
<u>Обед</u>			
60	Салат картофельный с кальмарами <i>Картофель, Лук репчатый, Кальмары, Кислота лимонная, Вода, Масло поваренное ДП, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-55, Бел-1, Жир-2, Угл-7, С-9, Е-1, Са-9, Mg-11	20-59
200	Суп из овощей со сметаной <i>Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Зеленый горошек, Масло поваренное ДП, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, Лист лавровый</i>	кКал-117, Бел-3, Жир-7, Угл-9, А-9, С-17, Е-2, Са-33, Mg-21, Fe-1	21-57
50/50	Гуляш из мяса кур <i>Груока цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый, Морковь, Масло поваренное ДП, Томат-паста, Мука пшеничная в с обогащенная, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-168, Бел-12, Жир-12, Угл-3, А-19, С-2, Са-9, Mg-16, Fe-2	45-23
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронь 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	9-7
200	Компот из изюма <i>Сахар-песок, Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	5-78
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			107-33
Итого за			151-36

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 остский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6
200	Каша манная молочная с маслом сливочным <i>Крупа манная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упак, Масло сливочное обогащенное, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-214, Бел-6, Жир-8, Угл-29, А-63, Е-1, Са-125, Mg-18	16-95
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упак, Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-48
Итого за Завтрак			44-03
Итого за			44-03

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.Н.

Директор

О.А.Мотовилова