

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>			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	14-85 <i>247</i>
200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным <i>Крупа ячневая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-219, Бел-6, Жир-6, Угл-34, А-40, С-1, Е-1, Са-136, Mg-32, Fe-1	18-33 <i>62</i>
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	17-79 <i>83</i>
Итого за Завтрак		кКал-531, Бел-13, Жир-13, Угл-89, А-60, С-9, Е-2, Са-285, Mg-52, Fe-1	50-97
<u>Обед</u>			
30	Капуста морская 30г	кКал-2	11-88 <i>153</i>
200	Суп картофельный с макаронными изделиями <i>Макаронны ср.А, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло постоплетное ДП, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное-гиролеров 1 категории туника</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	Рыба, тушеная с овощами <i>Рыба свежемороженая ФВ.П., Лук репчатый, Масло постоплетное ДП, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-122, Бел-12, Жир-6, Угл-5, С-1, Са-41, Fe-1	52-27 <i>110</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке, 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	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-676, Бел-26, Жир-16, Угл-108, А-45, С-39, Е-3, Са-146, Mg-91, Fe-6	116-27
<u>Полдник</u>			
100	Манник <i>Крупа манная, Яйцо столовое, Сахар-песок, Сметана 15%, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-386, Бел-7, Жир-18, Угл-49, А-136, Е-1, Са-50, Mg-14, Fe-1	40-64 <i>262</i>
Итого за Полдник		кКал-386, Бел-7, Жир-18, Угл-49, А-136, Е-1, Са-50, Mg-14, Fe-1	40-64
<u>Ужин</u>			
200	Пельмени п/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	98-97 <i>53</i>
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	8-33 <i>186</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 Ужин		кКал-797, Бел-89, Жир-37, Угл-90, А-55, С-3, Е-1, Са-96, Mg-70, Fe-6	112-2
<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-2574, Бел-141, Жир-89, Угл-365, А-296, С-51, Е-7, Са-577, Mg-227, Fe-14	354-07

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>			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	14-85 <i>247</i>
200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным <i>Крупа ячневая, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в это упаков, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-219, Бел-6, Жир-6, Угл-34, А-40, С-1, Е-1, Са-136, Mg-32, Fe-1	18-33 <i>162</i>
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обогатненный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в это упаков, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	17-79 <i>183</i>
Итого за Завтрак			50-97
<u>Обед</u>			
30	Капуста морская 30г	кКал-2	11-88 <i>158</i>
200	Суп картофельный с макаронными изделиями <i>Макаронны ср.А, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло пшеница-бродилеров 1 категории туника</i>	кКал-95, Бел-4, Жир-3, Угл-13, А-4, С-6, Е-2, Са-19, Mg-13, Fe-1	11-02 <i>178</i>
80	Рыба, тушеная с овощами <i>Рыба свежемороженая ФН, П., Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-122, Бел-12, Жир-6, Угл-5, С-1, Са-41, Fe-1	52-27 <i>110</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в это упаков, 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>12</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, 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			116-27
Итого за			167-24

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>			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	14-85 <i>247</i>
200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным <i>Крупа ячневая, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в это упаков, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-219, Бел-6, Жир-6, Угл-34, А-40, С-1, Е-1, Са-136, Mg-32, Fe-1	18-33 <i>162</i>
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обогатненный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в это упаков, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	17-79 <i>183</i>
шт	Яблоки (шт.)		
Итого за Завтрак			50-97
Итого за			50-97

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 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	14-41 <i>№181</i>
шт.	Яйцо отварное		14-85 <i>№177</i>
200	Суп молочный с лапшой <i>Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 1,20 унц, Макароны гр.А, Масло сливочное обогащенное, Сахар-песок, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-121, Бел-4, Жир-4, Угл-16, А-24, С-1, Са-108, Mg-14	15-36 <i>№112</i>
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	8-33 <i>№186</i>
Итого за Завтрак		кКал-330, Бел-69, Жир-13, Угл-46, А-84, С-4, Са-133, Mg-31, Fe-2	52-95
Обед			
60	Винегрет овощной <i>Картофель, Свекла, Морковь, Огурцы консервированные, Капуста белокачанная, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Е-1, Са-13, Mg-11	15-23 <i>№135</i>
200	Щи из свежей капусты со сметаной <i>Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия, Сметана 15%, Лук репчатый, Масло сливочное-бродерсов 1 категории туника</i>	кКал-93, Бел-4, Жир-5, Угл-7, А-12, С-24, Е-1, Са-47, Mg-21, Fe-1	27-56 <i>№95</i>
200	Плов из мяса кур <i>Грутка мясной-бродерсов 1 категории замороженное, Лук репчатый, Морковь, Крупа рисовая, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-259, Бел-14, Жир-12, Угл-24, А-25, С-3, Е-1, Са-19, Mg-32, Fe-1	52-01 <i>№70</i>
200	Компот из яблок и изюма <i>Яблоки, Сахар-песок, Кислота лимонная, Изюм</i>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	7-21 <i>№246</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>№186</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-722, Бел-25, Жир-24, Угл-99, А-37, С-32, Е-4, Са-116, Mg-101, Fe-4	106-91
Полдник			
50	Булочное изделие Калейдоскоп	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	17-62 <i>№241</i>
Итого за Полдник		кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	17-62
Ужин			
70	Наггетсы куриные <i>Грутка мясной-бродерсов 1 категории замороженное, Яйцо столовое, Мука пшеничная с обогащением, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия, Сахар-песок, 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>Макароны гр.А, Соль йодированная с повышенным 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 с обогащением, 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	2-62 <i>№86</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, 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 Ужин		кКал-759, Бел-25, Жир-22, Угл-119, А-62, С-2, Е-12, Са-74, Mg-66, Fe-5	62-64
Полдник2			
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-2149, Бел-129, Жир-68, Угл-319, А-183, С-40, Е-17, Са-329, Mg-203, Fe-11	274-11

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 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>
40	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5, А-100, Са-22, Mg-5, Fe-1	14-85 <i>№187</i>
200	Суп молочный с лапшой <i>Молоко ультрапастеризованное обогатненное в 100 упаков, 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>
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	8-33 <i>№186</i>
Итого за Завтрак		кКал-393, Бел-74, Жир-18, Угл-46, А-184, С-4, Са-155, Mg-36, Fe-3	52-95
<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	15-23 <i>№135</i>
200	Щи из свежей капусты со сметаной <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Лук репчатый, Уксус 9%, Уксус-брендер / категории туника, Лист лавровый</i>	кКал-93, Бел-4, Жир-5, Угл-7, А-12, С-24, Е-1, Са-47, Mg-21, Fe-1	27-56 <i>№95</i>
200	Плов из мяса кур <i>Грубка цыплят-бройлеров / категории замороженное, Лук репчатый, Морковь, Крупа рисовая, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-259, Бел-14, Жир-12, Угл-24, А-25, С-3, Е-1, Са-19, Mg-32, Fe-1	52-01 <i>№70</i>
200	Компот из яблок и изюма <i>Яблоки, Сахар-песок, Кислота лимонная, Изюм</i>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	7-21 <i>№246</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>№187</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-722, Бел-25, Жир-24, Угл-99, А-37, С-32, Е-4, Са-116, Mg-101, Fe-4	106-91
Итого за		кКал-1115, Бел-99, Жир-42, Угл-145, А-221, С-36, Е-4, Са-271, Mg-137, Fe-7	159-86

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>			
60	Винегрет овощной <i>Картофель, Свекла, Морковь, Огурцы консервированные, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Е-1, Са-13, Mg-11	16-57 <i>№135</i>
150	Плов из мяса кур <i>Грубка цыплят-бройлеров / категории замороженное, Лук репчатый, Морковь, Крупа рисовая, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-194, Бел-10, Жир-9, Угл-18, А-18, С-2, Е-1, Са-14, Mg-24, Fe-1	39-01 <i>№70</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>№187</i>
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	8-33 <i>№143</i>
Итого за Завтрак		кКал-499, Бел-79, Жир-16, Угл-71, А-19, С-10, Е-3, Са-60, Mg-65, Fe-3	66-42
Итого за		кКал-499, Бел-79, Жир-16, Угл-71, А-19, С-10, Е-3, Са-60, Mg-65, Fe-3	66-42

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.Н.

Директор

О.А.Мотовилова