

Пижанская школа (Интернат 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2 <i>1247</i>
200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	кКал-219, Бел-6, Жир-6, Угл-34, А-40, С-1, Е-1, Са-136, Mg-32, Fe-1	16-9 <i>162</i>
200	Какао с молоком	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	16-43 <i>183</i>
		<i>Крупа ячневая. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип уapak. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное. Какао-порошок обогащенный. ДП. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип уapak. Сахар-песок.</i>	
Итого за Завтрак			46-53
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Е-1, Са-13, Mg-11	14-17 <i>135</i>
		<i>Картофель. Свекла. Морковь. Огурцы консервированные. Капуста белокачанная. Лук репчатый. Масло подсолнечное ДП.</i>	
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	кКал-95, Бел-4, Жир-3, Угл-13, А-4, С-6, Е-2, Са-19, Mg-13, Fe-1	9-74 <i>178</i>
		<i>Макаронныe гр. А. Картофель. Морковь. Лук репчатый. Масло подсолнечное ДП. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка.</i>	
80	Рыба, тушеная с овощами	кКал-122, Бел-12, Жир-6, Угл-5, С-1, Са-41, Fe-1	44-75 <i>110</i>
		<i>Рыба свежемороженая ФН. П. Лук репчатый. Масло подсолнечное ДП. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия.</i>	
150	Картофельное пюре	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	27-89 <i>12</i>
		<i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип уapak. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное.</i>	
200	Чай с сахаром	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3-07 <i>116</i>
		<i>Чай. Сахар-песок.</i>	
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>143</i>
Итого за Обед			104-08
<u>Полдник</u>			
шт	Яблоки (шт.)	кКал-1	38-81
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	33-99 <i>140</i>
Итого за Полдник			72-8
Итого за			223-41
		<i>кКал-1 468, Бел-46, Жир-40, Угл-230, А-105, С-53, Е-6, Са-444, Mg-154, Fe-7</i>	

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)
Завтрак			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2 ✓ 247
200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным <i>Крупа ячневая. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упак. 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	16-9 ✓ 62
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок 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	16-43 ✓ 83
Итого за Завтрак			46-53
Обед			
60	Винегрет овощной <i>Картофель. Свекла. Морковь. Огурцы консервированные. Капуста квашеная. Лук репчатый. Масло покоеличное ДП</i>	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Е-1, Са-13, Mg-11	14-17 ✓ 135
200	Суп картофельный с макаронными изделиями <i>Макаронные изделия. Картофель. Морковь. Лук репчатый. Масло покоеличное ДП. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Мясо цыплят-бройлеров I категории тушка</i>	кКал-95, Бел-4, Жир-3, Угл-13, А-4, С-6, Е-2, Са-19, Mg-13, Fe-1	9-74 ✓ 78
80	Рыба, тушеная с овощами <i>Рыба свежемороженая ФНПЕ. Лук репчатый. Масло покоеличное ДП. Сахар-песок. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-122, Бел-12, Жир-6, Угл-5, С-1, Са-41, Fe-1	44-75 ✓ 110
150	Картофельное пюре <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю 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	27-89 ✓ 2
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3-07 ✓ 16
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 ✓ 184
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 ✓ 143
Итого за Обед			104-08
Итого за			150-61

Пижманская школа (Школа 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2 ✓ 247
200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным <i>Крупа ячневая. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упак. 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	16-9 ✓ 62
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок 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	16-43 ✓ 83
Итого за Завтрак			46-53
Итого за			46-53

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

Директор _____ О.А. Мотовилова