

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 обезжиренное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	14-41 <i>181</i>
230	Макаронные изделия отварные с сыром <i>Макаронные гр.А. Масло сливочное обезжиренное. Сыр пастеризованный с пониженным содержанием натрия. Сыр п-твердый детский</i>	кКал-451, Бел-15, Жир-24, Угл-50, А-117, Е-2, Са-242, Mg-23, Fe-1	32-87 <i>88</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>
Итого за Завтрак			51-72
<u>Обед</u>			
60	Салат "Стенной" <i>Картофель. Огурцы консервированные. Морковь. Лук репчатый. Зелень горошек. Масло подсолнечное. III. Сыр пастеризованный с пониженным содержанием натрия</i>		16-24 <i>243</i>
200	Суп картофельный с сыром <i>Картофель. Морковь. Лук репчатый. Масло сливочное обезжиренное. Сыр пастеризованный с пониженным содержанием натрия. Сыр п-твердый детский. Мясо телят-бройлеров I категории тушка</i>	кКал-123, Бел-6, Жир-6, Угл-12, А-15, С-15, Са-89, Mg-29, Fe-1	28-73 <i>261</i>
70	Котлета Мясная <i>Грудинка говляд-бройлеров I категории замороженное. Свирина. Хлеб пшеничный. Лук репчатый. Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в шло упак. Сахар-песок. Масло подсолнечное. III. Сыр пастеризованный с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-207, Бел-13, Жир-12, Угл-12, А-4, С-1, Е-1, Са-39, Mg-20, Fe-2	46-2 <i>235</i>
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронные гр.А. Сыр пастеризованный с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обезжиренное</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 обезжиренное. Мясо пшеничная и с обогащенная. Томат-паста. Морковь. Лук репчатый. Сахар-песок. Сыр пастеризованный с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66 <i>86</i>
200	Компот из яблок и изюма <i>Яблоки. Сахар-песок. Кислота лимонная. Изюм</i>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	6-96 <i>4</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	2-57 <i>143</i>
Итого за Обед			117-16
Итого за			168-88

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 маслом 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	<i>181</i>
230	Макаронные изделия отварные с сыром <i>Макаронные гр.А. Масло сливочное обезжиренное. Сыр пастеризованный с пониженным содержанием натрия. Сыр п-твердый детский</i>	кКал-451, Бел-15, Жир-24, Угл-50, А-117, Е-2, Са-242, Mg-23, Fe-1	<i>88</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	<i>16</i>
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	<i>184</i>
Итого за Завтрак			
Итого за			

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

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)
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>
230	Макаронные изделия отварные с сыром <i>Макарония гр А. Масло сливочное обогащенное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сыр п-творожный осетский</i>	кКал-451, Бел-15, Жир-24, Угл-50, А-117, Е-2, Са-242, Mg-23, Fe-1	32-87 <i>✓88</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>
Итого за Завтрак		кКал-657, Бел-17, Жир-33, Угл-83, А-177, Е-2, Са-265, Mg-39, Fe-3	51-72
Обед			
60	Салат "Стенной" <i>Картофель. Огурцы консервированные. Морковь. Лук репчатый. Зелень горюшек. Масло подсолнечное. Ш. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>		16-24 <i>✓243</i>
200	Суп картофельный с сыром <i>Картофель. Морковь. Лук репчатый. Масло сливочное обогащенное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сыр п-творожный осетский. Мясо цыплят-бройлеров. Категория тушка</i>	кКал-123, Бел-6, Жир-6, Угл-12, А-15, С-15, Са-89, Mg-29, Fe-1	28-73 <i>✓261</i>
70	Котлета Мясная <i>Грудинка цыплят-бройлеров Категория замороженное. Шашинка. Хлеб пшеничный. Лук репчатый. Молоко ультрапастеризованное обогащенное и йодизированное. Сахар-песок. Масло подсолнечное. Ш. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-207, Бел-13, Жир-12, Угл-12, А-4, С-1, Е-1, Са-39, Mg-20, Fe-2	46-2 <i>✓235</i>
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макарония 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	11-29 <i>✓1</i>
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	2-66 <i>✓86</i>
200	Компот из яблок и изюма <i>Яблоки. Сахар-песок. Кислота лимонная. Изюм</i>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	6-96 <i>✓4</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	2-57 <i>✓143</i>
Итого за Обед		кКал-891, Бел-32, Жир-26, Угл-133, А-60, С-17, Е-11, Са-185, Mg-98, Fe-6	117-16
Полдник			
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
Ужин			
200	Запеканка картофельная с мясом <i>Картофель. Шашинка. Лук репчатый. Яйцо столовое. Масло сливочное обогащенное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло подсолнечное. Ш. Сахар-песок</i>	кКал-343, Бел-17, Жир-17, Угл-31, А-44, С-36, Е-1, Са-34, Mg-58, Fe-4	93-13 <i>✓174</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	2-57 <i>✓143</i>
Итого за Ужин		кКал-620, Бел-23, Жир-18, Угл-94, А-45, С-36, Е-2, Са-71, Mg-96, Fe-7	102-65
Полдник2			
250	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-49 <i>✓40</i>
Итого за Полдник2		кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-49
Итого за		кКал-2784, Бел-87, Жир-101, Угл-395, А-418, С-53, Е-16, Са-571, Mg-247, Fe-17	354-66

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.И.

Директор

О.А.Мотовилова

23.05.2022

~~20.05.2022~~

ООО "Русский торгашовый олимп"

Экзамен 9 класс (Школа 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих огурцов с растительным маслом <i>Огурцы, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-58, Бел-1, Жир-4, Угл-4, С-14, Е-2, Са-13, Mg-12, Fe-1	25-44 <i>√200</i>
70	Наггетсы куриные <i>Груока цыплят-бройлеров I категории замороженное, Яйцо столовое, Мука пшеничная в с обогащенная, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сахарн пшеничный, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-213, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-20, С-1, Е-2, Са-17, Mg-16, Fe-1	39-22 <i>√260</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в што 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	31-94 <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>√200</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	2-57 <i>√143</i>
Итого за Обед		кКал-728, Бел-23, Жир-25, Угл-105, А-61, С-47, Е-5, Са-116, Mg-106, Fe-6	106-12
Итого за		кКал-728, Бел-23, Жир-25, Угл-105, А-61, С-47, Е-5, Са-116, Mg-106, Fe-6	106-12

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 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 ✓ 181
200	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип.упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное, Соль, поваренная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-252, Бел-6, Жир-9, Угл-35, А-58, С-1, Са-133, Mg-39, Fe-1	27-01 ✓ 199
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип.упак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-4, Жир-4, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	17-79 ✓ 83
Итого за Завтрак		кКал-555, Бел-12, Жир-22, Угл-79, А-137, С-7, Са-284, Mg-64, Fe-2	59-21
<u>Обед</u>			
30	Огуры свежие	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	12-85 ✓ 200
200	Суп картофельный с бобовыми <i>Картофель, Горох колотый, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль поваренная с повышенным содержанием натрия, Мясо цыплят-бройлеров I категории тушка</i>	кКал-128, Бел-7, Жир-4, Угл-15, А-4, С-9, Е-1, Са-34, Mg-31, Fe-2	17-52 ✓ 58
70	Нагетсы куриные <i>Грушка цыплят-бройлеров I категории замороженное, Яичо столовое, Мука пшеничная в с.обогатщенная, Соль поваренная с повышенным содержанием натрия, Сахари папиросные, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-213, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-20, С-1, Е-2, Са-17, Mg-16, Fe-1	39-4 ✓ 260
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип.упак, Соль поваренная с повышенным 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 ✓ 2
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44 ✓ 16
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 ✓ 184
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-57 ✓ 143
Итого за Обед		кКал-806, Бел-29, Жир-25, Угл-118, А-65, С-45, Е-4, Са-151, Mg-133, Fe-7	111-05
Итого за		кКал-1361, Бел-41, Жир-47, Угл-197, А-202, С-52, Е-4, Са-435, Mg-197, Fe-9	170-26

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 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 ✓ 181
230	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип.упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное, Соль, поваренная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-289, Бел-7, Жир-11, Угл-41, А-67, С-2, Са-153, Mg-45, Fe-1	31-05 ✓ 199
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип.упак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-4, Жир-4, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	17-79 ✓ 83
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3 ✓ 184
Итого за Завтрак		кКал-788, Бел-20, Жир-25, Угл-125, А-146, С-8, Е-1, Са-323, Mg-98, Fe-4	66-25
Итого за		кКал-788, Бел-20, Жир-25, Угл-125, А-146, С-8, Е-1, Са-323, Mg-98, Fe-4	66-25

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
<u>Завтрак</u>			
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>
200	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное, 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	27-01 <i>№199</i>
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-4, Жир-4, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	17-79 <i>№83</i>
Итого за Завтрак		кКал-555, Бел-12, Жир-22, Угл-79, А-137, С-7, Са-284, Mg-64, Fe-2	59-21
<u>Обед</u>			
30	Огурцы свежие	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	12-85 <i>№200</i>
200	Суп картофельный с бобовыми <i>Картофель, Горох колотый, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Мясо цыплят-бройлеров I категории тушка</i>	кКал-128, Бел-7, Жир-4, Угл-15, А-4, С-9, Е-1, Са-34, Mg-31, Fe-2	17-52 <i>№58</i>
70	Наггетсы куриные <i>Грубка цыплят-бройлеров I категории замороженное, Яйцо столовое, Мука пшеничная в с. обогащенная, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Сухари панировочные, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-213, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-20, С-1, Е-2, Са-17, Mg-16, Fe-1	39-4 <i>№260</i>
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	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>№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	2-57 <i>№143</i>
Итого за Обед		кКал-806, Бел-29, Жир-25, Угл-118, А-65, С-45, Е-4, Са-151, Mg-133, Fe-7	111-05
<u>Полдник</u>			
50	Витушка с маком		15-33 <i>№171</i>
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	63 <i>№94</i>
200	Чай с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны</i>	кКал-64, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-33 <i>№86</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	2-57 <i>№143</i>
Итого за Ужин		кКал-665, Бел-22, Жир-20, Угл-98, А-1, С-5, Е-5, Са-68, Mg-89, Fe-6	76-41
<u>Полдник2</u>			
250	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-49 <i>№40</i>
Итого за Полдник2		кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-49
Итого за		кКал-2 256, Бел-71, Жир-73, Угл-331, А-203, С-57, Е-9, Са-503, Mg-286, Fe-15	304-49

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.Н.

Директор

О.А. Мотовилова
О.А. Мотовилова