

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-творожный остский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6 <i>1170</i>
200	Каши молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю улак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-253, Бел-6, Жир-9, Угл-36, А-58, С-1, Са-134, Mg-40, Fe-1	23-51 <i>1199</i>
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю улак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-81 <i>183</i>
Итого за Завтрак			50-92
<u>Обед</u>			
30	Зеленый горошек(гарнировка)	кКал-12, Бел-1, Угл-2, С-3, Са-6, Mg-6	9-21 <i>118</i>
200	Суп картофельный с рыбными консервами <i>Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное обогащенное, Консервы рыбные</i>	кКал-111, Бел-38,3, Жир-32,3, Угл-7, А-81,7, В1-1, С-15, Е-12, Са-316, Mg-323, Fe-30	18-7 <i>1131</i>
80	Кура отварная <i>Грудка цыпленка-бройлера 1 категории замороженное, Лук репчатый</i>	кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-50, Mg-40, Fe-2	39-88 <i>1117</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю улак, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	24-67 <i>112</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-97 <i>116</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-18 <i>1184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-691, Бел-399, Жир-333, Угл-113, А-858, В1-1, С-50, Е-13, Са-553, Mg-407, Fe-35	2-28 <i>1143</i>
Итого за Обед			99-89
Итого за			150-81

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-творожный остский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6 <i>1170</i>
200	Каши молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю улак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-253, Бел-6, Жир-9, Угл-36, А-58, С-1, Са-134, Mg-40, Fe-1	23-51 <i>1199</i>
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю улак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-81 <i>183</i>
Ишт	Мандарин		=
Итого за Завтрак			50-92
Итого за			50-92

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 сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный, Сыр п-термостой детский</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	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в што упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-253, Бел-6, Жир-9, Угл-36, А-58, С-1, Са-134, Mg-40, Fe-1	23-51 <i>✓199</i>
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в што упак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-81 <i>✓83</i>
Итого за Завтрак			50-92
Обед			
30	Зеленый горошек(гарнировка)	кКал-12, Бел-1, Угл-2, С-3, Са-6, Mg-6	9-21 <i>✓18</i>
200	Суп картофельный с рыбными консервами <i>Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное обогащенное, Консервы рыбные</i>	кКал-110, Бел-5, Жир-3, Угл-14, Са-144	18-7 <i>✓131</i>
80	Кура отварная <i>Грубка цыплят-бройлеров I категории замороженное, Лук репчатый</i>	кКал-579, Бел-383, Жир-323, Угл-7, А-817, В1-1, С-15, Е-12, Са-316, Mg-323, Fe-30	39-88 <i>✓118</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в што упак, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-50, Mg-40, Fe-2	24-67 <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	2-97 <i>✓16</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			99-89
Полдник			
50	Витушка с маком		20-44 <i>✓171</i>
Итого за Полдник			20-44
Ужин			
200	Плов из свинины <i>Свинина, Крупа рисовая, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная с повышенным содержанием натрия, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-385, Бел-16, Жир-19, Угл-38, С-2, Е-4, Са-29, Mg-50, Fe-3	53-81 <i>✓94</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	6-85 <i>✓186</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 Ужин			65-12
Полдник2			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	31-52 <i>✓40</i>
Итого за Полдник2			31-52
Итого за			267-89

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 обогатненное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, E-1, Ca-7, Mg-10, Fe-1	14-17 <i>✓200</i>
200	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа овсяная (геркулес). Молоко ультрапастеризованное обогатненное в што упак. Сахар-песок. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-232, Бел-6, Жир-9, Угл-32, A-62, E-1, Ca-123, Mg-35, Fe-1	17 <i>✓1000</i>
200	Чай с лимоном <i>Чай черный. Сахар-песок. Лимон</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, A-1, C-3, Ca-17, Mg-7, Fe-1	6-85 <i>✓186</i>
Итого за Завтрак		кКал-374, Бел-71, Жир-10, Угл-62, A-63, C-3, E-2, Ca-147, Mg-52, Fe-3	38-02
<u>Обед</u>			
60	Салат студенческий <i>Картофель. Морковь. Зеленый горошек. Ябло столовое. Масло подсолнечное. Ш. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-7, Угл-5, A-23, C-6, E-3, Ca-15, Mg-13, Fe-1	16-14 <i>✓176</i>
200	Борщ со сметаной <i>Свекла. Капуста белокачанная. Картофель. Морковь. Лук репчатый. Томат-паста. Масло подсолнечное. Ш. Сахар-песок. Кислота лимонная. Вода. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Сметана 15%. Мясо индейки-бройлеров 1 категории тушка</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-5, Угл-11, A-5, C-21, E-2, Ca-44, Mg-20, Fe-1	22-09 <i>✓114</i>
70	Комлета Особая <i>Свинина. Лук репчатый. Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обогатненное в што упак. Сухари панировочные. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-115, Бел-8, Жир-6, Угл-9, A-2, C-2, Ca-34, Mg-20, Fe-1	33-43 <i>✓245</i>
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-231, Бел-8, Жир-6, Угл-36, A-31, E-1, Ca-20, Mg-126, Fe-4	16-12 <i>✓12</i>
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогатненное. Мука пшеничная в с обогатненная. Томат-паста. Морковь. Лук репчатый. Сахар-песок. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, A-6, C-1, Ca-3, Mg-2	2-21 <i>✓86</i>
200	Компот из сухофруктов <i>Каштанная смесь. Сахар-песок</i>	кКал-72, Бел-1, Угл-18, C-50, Ca-14, Mg-2	5-28 <i>✓81</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, E-1, Ca-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>✓184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Ca-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>✓143</i>
Итого за Обед		кКал-839, Бел-27, Жир-26, Угл-126, A-67, C-80, E-7, Ca-152, Mg-215, Fe-9	99-73
Итого за		кКал-1213, Бел-98, Жир-36, Угл-188, A-130, C-83, E-9, Ca-299, Mg-267, Fe-12	137-75

Пижманская школа (Школа 7-11 лет)

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. Лимон</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, A-1, C-3, Ca-17, Mg-7, Fe-1	6-85 <i>✓186</i>
60	Салат студенческий <i>Картофель. Морковь. Зеленый горошек. Ябло столовое. Масло подсолнечное. Ш. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-7, Угл-5, A-23, C-6, E-3, Ca-15, Mg-13, Fe-1	16-14 <i>✓176</i>
60	Комлета Особая <i>Свинина. Лук репчатый. Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обогатненное в што упак. Сухари панировочные. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-99, Бел-7, Жир-5, Угл-7, A-2, C-2, Ca-29, Mg-17, Fe-1	28-66 <i>✓245</i>
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-231, Бел-8, Жир-6, Угл-36, A-31, E-1, Ca-20, Mg-126, Fe-4	16-12 <i>✓12</i>
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогатненное. Мука пшеничная в с обогатненная. Томат-паста. Морковь. Лук репчатый. Сахар-песок. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, A-6, C-1, Ca-3, Mg-2	2-21 <i>✓86</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, E-1, Ca-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>✓184</i>
Итого за Завтрак		кКал-668, Бел-85, Жир-20, Угл-99, A-63, C-12, E-5, Ca-100, Mg-188, Fe-8	72-16
Итого за		кКал-668, Бел-85, Жир-20, Угл-99, A-63, C-12, E-5, Ca-100, Mg-188, Fe-8	72-16

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.П.

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)
<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	14-17 <i>220</i>
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	17 <i>120</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	6-85 <i>186</i>
Итого за Завтрак			38-02
<u>Обед</u>			
60	Салат студенческий <i>Картофель. Морковь. Зеленый горошек. Яйцо столовое. Масло подсолнечное. Ш. 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	16-14 <i>186</i>
200	Борщ со сметаной <i>Свекла. Капуста белокочанная. Картофель. Морковь. Лук репчатый. Томат-паста. Масло подсолнечное. Ш. Сахар-песок. Кислота лимонная. Вода. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Сметана 15%. Мясо выклат-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	22-09 <i>114</i>
70	Котлета Особая <i>Свинина. Лук репчатый. Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Сахар-песок. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-115, Бел-8, Жир-6, Угл-9, А-2, С-2, Са-34, Mg-20, Fe-1	33-43 <i>245</i>
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	16-12 <i>12</i>
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	2-21 <i>86</i>
200	Компот из сухофруктов <i>Компотная смесь. Сахар-песок</i>	кКал-72, Бел-1, Угл-18, С-50, Са-14, Mg-2	5-28 <i>81</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			99-73
<u>Полдник</u>			
50	Печенье (готовый продукт промышленного производства)	кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	16-5 <i>139</i>
Итого за Полдник			16-5
<u>Ужин</u>			
80	Кура отварная <i>Грудка выклат-бройлеров 1 категории. Изморозжение. Лук репчатый</i>	кКал-111, Бел-383, Жир-323, Угл-7, А-817, В1-1, С-15, Е-12, Са-316, Mg-323, Fe-30	39-88 <i>118</i>
200	Картофельное пюре <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-241, Бел-5, Жир-8, Угл-36, А-53, С-43, Са-66, Mg-53, Fe-2	34-11 <i>2</i>
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	9-01 <i>39</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 Ужин			87-46
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	31-52 <i>40</i>
Итого за Полдник2			31-52
Итого за			273-23

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-твёрдый детский</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	Каша манная молочная с маслом сливочным <i>Крупа манная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино 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	16-45 <i>✓76</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-36 <i>✓164</i>
Итого за Завтрак		кКал-488, Бел-17, Жир-15, Угл-70, А-101, С-7, Е-2, Са-388, Mg-56, Fe-1	43-41
<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	19-85 <i>✓264</i>
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	19-77 <i>✓69</i>
50/50	Гуляш из мяса кур <i>Грудка 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	45-07 <i>✓8</i>
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронные 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	9-36 <i>✓1</i>
200	Компот из изюма <i>Сахар-песок, Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	5-74 <i>✓4</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		кКал-891, Бел-29, Жир-28, Угл-127, А-63, С-28, Е-13, Са-111, Mg-99, Fe-6	104-25
Итого за		кКал-1379, Бел-46, Жир-43, Угл-197, А-164, С-35, Е-15, Са-499, Mg-155, Fe-7	147-66

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-твёрдый детский</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	Каша манная молочная с маслом сливочным <i>Крупа манная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино 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	16-45 <i>✓76</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-36 <i>✓164</i>
1	Сок в ассортименте 0,2л		16-34
Итого за Завтрак		кКал-488, Бел-17, Жир-15, Угл-70, А-101, С-7, Е-2, Са-388, Mg-56, Fe-1	59-75
Итого за		кКал-488, Бел-17, Жир-15, Угл-70, А-101, С-7, Е-2, Са-388, Mg-56, Fe-1	59-75

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.Н.

Директор _____

(Подпись)
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)
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Сыр п-твёрдый адыгейский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6 <i>✓180</i>
200	Каша манная молочная с маслом сливочным <i>Крупа манная. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке. Масло сливочное обогащенное. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-214, Бел-6, Жир-8, Угл-29, А-63, Е-1, Са-125, Mg-18	16-45 <i>✓186</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке. Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-36 <i>✓164</i>
Итого за Завтрак		кКал-488, Бел-17, Жир-15, Угл-70, А-101, С-7, Е-2, Са-388, Mg-56, Fe-1	43-41
<u>Обед</u>			
60	Салат картофельный с кальмарами <i>Картофель. Лук репчатый. Кальмары. Кислота лимонная. Вода. Масло подсолнечное ДП. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-55, Бел-1, Жир-2, Угл-7, С-9, Е-1, Са-9, Mg-11	19-85 <i>✓264</i>
200	Суп из овощей со сметаной <i>Капуста белокачанная. Картофель. Морковь. Лук репчатый. Зеленый горошек. Масло подсолнечное ДП. Соль поваренная 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	19-77 <i>✓69</i>
50/50	Гуляш из мяса кур <i>Грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное. Лук репчатый. Морковь. Масло подсолнечное ДП. Тимат-паста. Мука пшеничная в с обогащенная. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-168, Бел-12, Жир-12, Угл-3, А-19, С-2, Са-9, Mg-16, Fe-2	45-07 <i>✓8</i>
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронны 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	9-36 <i>✓1</i>
200	Компот из изюма <i>Сахар-песок. Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	5-74 <i>✓4</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		кКал-891, Бел-29, Жир-28, Угл-127, А-63, С-28, Е-13, Са-111, Mg-99, Fe-6	104-25
<u>Полдник</u>			
1	Сдоба "Надежда"	кКал-3, Угл-1	19-8 <i>✓111</i>
Итого за Полдник		кКал-3, Угл-1	19-8
<u>Ужин</u>			
200	Пельмени п/ф готовый <i>пельмени. Сметана 15%. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-481, Бел-18, Жир-33, Угл-27, А-50, Са-53, Mg-29, Fe-2	90-37 <i>✓53</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97 <i>✓16</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 Ужин		кКал-758, Бел-24, Жир-34, Угл-90, А-51, Е-1, Са-90, Mg-67, Fe-5	97-8
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	31-52 <i>✓40</i>
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	31-52
Итого за		кКал-2324, Бел-76, Жир-82, Угл-317, А-215, С-35, Е-16, Са-589, Mg-222, Fe-12	296-78

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.Н.

Директор

О.А. Мотовилова