

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 маслом 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Масло сливочное обжаренное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13-48
150	Омлет натуральный <i>Молоко ультрапастеризованное обжаренное в сливках. Яйцо столовое. Масло сливочное обжаренное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-307, Бел-16, Жир-26, Угл-3, А-374, С-1, E-1, Са-118, Mg-20, Fe-3	68
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
Итого за Завтрак		кКал-513, Бел-18, Жир-35, Угл-36, А-434, С-1, E-1, Са-141, Mg-36, Fe-5	84-45
<u>Обед</u>			
60	Салат "Зеленый с огурцами" <i>Капуста пекинская. Огурцы. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло подсолнечное. III категории туника</i>	кКал-23, Бел-1, Жир-2, Угл-2, С-13, E-1, Са-16, Mg-7	18-12
200	Суп картофельный с бобовыми <i>Картофель. Горох колотый. Морковь. Лук репчатый. Масло подсолнечное. III. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло растительное-брызжеров I категории туника</i>	кКал-128, Бел-7, Жир-4, Угл-15, А-4, С-9, E-1, Са-34, Mg-31, Fe-2	14-39
70	Наггетсы куриные <i>Грудка цыплят-брызжеров I категории заморозенное. Яйцо столовое. Мука пшеничная в с обжаренная. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сахар поваренный. Масло подсолнечное. III</i>	кКал-213, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-20, С-1, E-2, Са-17, Mg-16, Fe-1	34-3
150	Картофельное пюре <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обжаренное в сливках. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обжаренное</i>	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	25-66
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, E-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-821, Бел-30, Жир-27, Угл-118, А-65, С-55, E-5, Са-153, Mg-132, Fe-7	99-9
Итого за		кКал-1334, Бел-48, Жир-62, Угл-154, А-499, С-56, E-6, Са-294, Mg-168, Fe-12	184-35

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)
Завтрак			
40	Хлеб с маслом 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Масло сливочное обжаренное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13-48
150	Омлет натуральный <i>Молоко ультрапастеризованное обжаренное в яичном желтке. Яично-сливочное. Масло сливочное обжаренное. Соль поджаренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-307, Бел-16, Жир-26, Угл-3, А-374, С-1, Е-1, Са-118, Mg-20, Fe-3	68
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
Итого за Завтрак		кКал-513, Бел-18, Жир-35, Угл-36, А-434, С-1, Е-1, Са-141, Mg-36, Fe-5	84-45
Обед			
60	Салат "Зеленый с огурцами" <i>Капуста пекинская. Огурцы. Соль поджаренная с пониженным содержанием натрия. Масло подсолнечное ДП. Лук зеленый</i>	кКал-23, Бел-1, Жир-2, Угл-2, С-13, Е-1, Са-16, Mg-7	18-12
200	Суп картофельный с бобовыми <i>Картофель. Горох колотый. Морковь. Лук репчатый. Масло подсолнечное ДП. Соль поджаренная с пониженным содержанием натрия. Масло цыплят-бройлера I категории тушка</i>	кКал-128, Бел-7, Жир-4, Угл-15, А-4, С-9, Е-1, Са-34, Mg-31, Fe-2	14-39
70	Наггетсы куриные <i>Грушка цыплят-бройлера I категории замороженные. Яично-сливочное. Мука пшеничная в с обжаренная. Соль поджаренная с пониженным содержанием натрия. Сахар 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	34-3
150	Картофельное пюре <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обжаренное в яичном желтке. Соль поджаренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обжаренное</i>	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	25-66
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
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-821, Бел-30, Жир-27, Угл-118, А-65, С-55, Е-5, Са-153, Mg-132, Fe-7	99-9
Итого за		кКал-1334, Бел-48, Жир-62, Угл-154, А-499, С-56, Е-6, Са-294, Mg-168, Fe-12	184-35

Пижанская школа (Школа 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
30	Кукуруза конс.(гарнировка)	кКал-98, Бел-3, Жир-1, Угл-18, Са-10, Mg-31, Fe-1	4-38
80	Кура отварная <i>Грушка цыплят-бройлера I категории замороженные. Лук репчатый. Соль поджаренная 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 обжаренное в яичном желтке. Соль поджаренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обжаренное</i>	кКал-180, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-49, Mg-40, Fe-1	25-66
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61
200	Чай с сахаром <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97
Итого за Завтрак		кКал-640, Бел-375, Жир-312, Угл-110, А-810, В1-1, С-46, Е-12, Са-391, Mg-409, Fe-33	73-29
Итого за		кКал-640, Бел-375, Жир-312, Угл-110, А-810, В1-1, С-46, Е-12, Са-391, Mg-409, Fe-33	73-29

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

Директор _____ О.А.Мотовилова