

## Пижанская школа ( Школа 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u><b>Завтрак</b></u>			
40	<b>Хлеб с сыром 30/10</b> <i>Хлеб пшеничный, Сыр п-творожный датский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	13-73
200	<b>Каша молочная "Дружба"</b> <i>Крупа пшени элифованное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное, Соль поваренная 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
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао-напиток обогащенный, Ш, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	17-79
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-578, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	<b>58-53</b>
<u><b>Обед</b></u>			
30	<b>Огурцы свежие</b>	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	12-85
200	<b>Суп картофельный с бобовыми</b> <i>Картофель, Горох козлявый, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Ш, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное, Лук репчатый, Лук порей, Лук зеленый</i>	кКал-128, Бел-7, Жир-4, Угл-15, А-4, С-9, Е-1, Са-34, Mg-31, Fe-2	17-52
70	<b>Наггетсы куриные</b> <i>Грудинка куриная-бройлдеров, Лук порей, Картофель, Масло сливочное, Мука пшеничная в с обогащенная, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сухофрукты паприкованные, Масло подсолнечное, Ш</i>	кКал-213, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-20, С-1, Е-2, Са-17, Mg-16, Fe-1	39-4
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино 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	31-76
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
<b>Итого за Обед</b>		кКал-806, Бел-29, Жир-25, Угл-118, А-65, С-45, Е-4, Са-151, Mg-133, Fe-7	<b>110-87</b>
<b>Итого за</b>		кКал-1384, Бел-46, Жир-41, Угл-207, А-161, С-52, Е-5, Са-565, Mg-210, Fe-9	<b>169-4</b>

## Пижанская школа ( Школа 7-11лет )

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u><b>Завтрак</b></u>			
40	<b>Хлеб с сыром 30/10</b> <i>Хлеб пшеничный, Сыр п-творожный датский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	
200	<b>Каша молочная "Дружба"</b> <i>Крупа пшени элифованное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-252, Бел-6, Жир-9, Угл-35, А-58, С-1, Са-133, Mg-39, Fe-1	
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао-напиток обогащенный, Ш, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	
шт	<b>Яблоки (шт.)</b>	кКал-1	
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-579, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	
<b>Итого за</b>		кКал-579, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	

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	<b>Хлеб с сыром 30/10</b> <i>Хлеб пшеничный, Сыр п-творожный эстонский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	13-73
200	<b>Каша молочная "Дружба"</b> <i>Крупа пшено шлифованное, Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 1% уаак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное, Соль поваренная 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
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао-порошок обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 1% уаак, Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	17-79
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-578, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	58-53
<u>Обед</u>			
30	<b>Огурцы свежие</b>	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	12-85
200	<b>Суп картофельный с бобовыми</b> <i>Картофель, Горох колотый, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Мисо пшенично-бобовый сорт 1 категории, паста</i>	кКал-128, Бел-7, Жир-4, Угл-15, А-4, С-9, Е-1, Са-34, Mg-31, Fe-2	17-52
70	<b>Наггетсы куриные</b> <i>Грудинка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Яйно столовое, Мука пшеничная в с. обогащенная, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сахар пшенично-бобовый, 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
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 1% уаак, 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	31-76
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
<b>Итого за Обед</b>		кКал-806, Бел-29, Жир-25, Угл-118, А-65, С-45, Е-4, Са-151, Mg-133, Fe-7	110-87
<u>Полдник</u>			
50	<b>Витушка с маком</b>		15-33
<b>Итого за Полдник</b>			15-33
<u>Ужин</u>			
200	<b>Плов из свинины</b> <i>Свинина, Крупа рисовая, Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная 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
200	<b>Чай с лимоном</b> <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
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
<b>Итого за Ужин</b>		кКал-665, Бел-85, Жир-20, Угл-98, А-1, С-5, Е-5, Са-68, Mg-89, Fe-6	76-23
<u>Полдник2</u>			
250	<b>Йогурт славянский жирн. 2,5%</b>	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-49
<b>Итого за Полдник2</b>		кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-49
<b>Итого за</b>		кКал-2 279, Бел-139, Жир-67, Угл-341, А-162, С-57, Е-10, Са-633, Mg-299, Fe-15	303-45

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>			
40	<b>Батон с маслом 30/10</b> <i>Батон паровой из муки 1 сорта. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-76
200	<b>Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным</b> <i>Крупа овсяная (геркулес). Молоко ультрапастеризованное обогатненное в ину упаковке. Сахар-песок. Соль водородная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-232, Бел-6, Жир-9, Угл-32, А-62, Е-1, Са-123, Mg-35, Fe-1	19-36
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>Чай зеленый. Сахар-песок. Лимон</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-33
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-374, Бел-71, Жир-10, Угл-62, А-63, С-3, Е-2, Са-147, Mg-52, Fe-3	43-45
<u>Обед</u>			
60	<b>Сельдь с/с с картофелем</b> <i>С сельдью. Картофель</i>	кКал-79, Бел-3, Жир-5, Угл-7, С-2, Са-13	15-28
200	<b>Борщ со сметаной</b> <i>Свекла. Кислота беловчанная. Картофель. Морковь. Лук репчатый. Томат-паста. Масло подсолнечное (Ш). Сахар-песок. Кислота лимонная. Вода. Соль водородная с пониженным содержанием натрия. Сметана (15%). Мясо вырезка-бронированная 1 категории тушки</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-5, Угл-11, А-5, С-21, Е-2, Са-44, Mg-20, Fe-1	26-27
70	<b>Комлета Особая</b> <i>Свирина. Лук репчатый. Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обогатненное в ину упаковке. Сахар-песок. Соль водородная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-113, Бел-7, Жир-5, Угл-9, А-2, С-2, Са-33, Mg-19, Fe-1	36-4
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>Крупа гречневая. Соль водородная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-234, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-127, Fe-4	20-11
30	<b>Соус красный основной</b> <i>Масло сливочное обогатненное. Мука пшеничная в/с обогатненная. Томат-паста. Морковь. Лук репчатый. Сахар-песок. Соль водородная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>Клюквенная смесь. Сахар-песок</i>	кКал-72, Бел-1, Угл-18, С-50, Са-14, Mg-2	6-4
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
<b>Итого за Обед</b>		кКал-825, Бел-27, Жир-23, Угл-128, А-44, С-76, Е-4, Са-149, Mg-202, Fe-8	112-02
<b>Итого за</b>		кКал-1199, Бел-98, Жир-33, Угл-190, А-107, С-79, Е-6, Са-296, Mg-254, Fe-11	155-47

## 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>			
60	<b>Салат студенческий</b> <i>Картофель. Морковь. Зелень. Сметана. Яблоко. Масло подсолнечное (Ш). Соль водородная 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	
60	<b>Комлета Особая</b> <i>Свирина. Лук репчатый. Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обогатненное в ину упаковке. Сахар-песок. Соль водородная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-97, Бел-6, Жир-5, Угл-7, А-2, С-2, Са-28, Mg-17, Fe-1	
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>Крупа гречневая. Соль водородная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-234, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-127, Fe-4	
30	<b>Соус красный основной</b> <i>Масло сливочное обогатненное. Мука пшеничная в/с обогатненная. Томат-паста. Морковь. Лук репчатый. Сахар-песок. Соль водородная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>Чай зеленый. Сахар-песок. Лимон</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-669, Бел-84, Жир-20, Угл-99, А-63, С-12, Е-5, Са-99, Mg-189, Fe-8	
<b>Итого за</b>		кКал-669, Бел-84, Жир-20, Угл-99, А-63, С-12, Е-5, Са-99, Mg-189, Fe-8	

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

Директор \_\_\_\_\_ О.А.Мотовилова

## Пижманская школа ( Интернат 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	<b>Батон с маслом 30/10</b> <i>Батон из муки 1 сорта. Масло сливочное обогращенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-76
200	<b>Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным</b> <i>Крупа овсяная (геркулес). Молоко ультрапастеризованное обогращенное в шид утук. Сахар-песок. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогращенное</i>	кКал-232, Бел-6, Жир-9, Угл-32, А-62, Е-1, Са-123, Mg-35, Fe-1	19-36
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>Чай зеленый. Сахар-песок. Лимон</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-33
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-374, Бел-71, Жир-10, Угл-62, А-63, С-3, Е-2, Са-147, Mg-52, Fe-3	<b>43-45</b>
<u>Обед</u>			
60	<b>Сельдь с/с с картофелем</b> <i>Сельдь м.к. Картофель</i>	кКал-79, Бел-3, Жир-5, Угл-7, С-2, Са-13	15-28
200	<b>Борщ со сметаной</b> <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%. Масло сливочное обогращенное в шид утук. Сахар-песок. Кислота лимонная. Вода. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-5, Угл-11, А-5, С-21, Е-2, Са-44, Mg-20, Fe-1	26-27
70	<b>Комплета Особая</b> <i>Сметана. Лук репчатый. Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обогращенное в шид утук. Сахар-песок. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-113, Бел-7, Жир-5, Угл-9, А-2, С-2, Са-33, Mg-19, Fe-1	36-4
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>Крупа гречневая. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогращенное</i>	кКал-234, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-127, Fe-4	20-11
30	<b>Соус красный основной</b> <i>Масло сливочное обогращенное. Мука пшеничная в с обогращенная. 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	2-66
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>Кислотная смесь. Сахар-песок</i>	кКал-72, Бел-1, Угл-18, С-50, Са-14, Mg-2	6-4
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
<b>Итого за Обед</b>		кКал-825, Бел-27, Жир-23, Угл-128, А-44, С-76, Е-4, Са-149, Mg-202, Fe-8	<b>112-02</b>
<u>Полдник</u>			
50	<b>Печенье (готовый продукт промышленного производства)</b>	кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	<b>18-15</b>
<u>Ужин</u>			
80	<b>Кура отварная</b> <i>Сочевая мука. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Лук репчатый. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-197, Бел-17, Жир-14, С-2, Са-25, Mg-18, Fe-1	44-83
200	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогращенное в шид утук. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогращенное</i>	кКал-240, Бел-5, Жир-8, Угл-36, А-53, С-42, Са-66, Mg-53, Fe-2	42-34
200	<b>Компот из плодов свежих витаминизированный</b> <i>Лимон. Сахар-песок. Кислота лимонная</i>	кКал-127, Угл-31, С-5, Са-16, Mg-6, Fe-1	10-99
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
<b>Итого за Ужин</b>		кКал-780, Бел-28, Жир-23, Угл-112, А-53, С-49, Е-1, Са-129, Mg-109, Fe-6	<b>103-06</b>
<u>Полдник2</u>			
250	<b>Йогурт славянский жирн. 2,5%</b>	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-49
<b>Итого за Полдник2</b>		кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	<b>42-49</b>
<b>Итого за</b>		кКал-2434, Бел-144, Жир-68, Угл-371, А-160, С-156, Е-7, Са-433, Mg-363, Fe-18	<b>319-17</b>

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
<u>Завтрак</u>			
40	<b>Хлеб с сыром 30/10</b> <i>Хлеб пшеничный. Сыр в-твердый острый</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	13-73
200	<b>Каша манная молочная с маслом сливочным</b> <i>Крупа манная. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шло утук. 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	17-74
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>Кофейный напиток обогащенный. III. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шло утук. Сахар-песок</i>	кКал-107, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-127, Mg-15	15-71
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-489, Бел-17, Жир-15, Угл-70, А-101, С-7, Е-2, Са-390, Mg-56, Fe-1	<b>47-18</b>
<u>Обед</u>			
60	<b>Салат "Мазайка"</b> <i>Картофель. Морковь. Кукуруза консервированная. Огурцы. Масло подсолнечное. III. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-106, Бел-2, Жир-6, Угл-12, С-5, Е-2, Са-14, Mg-25, Fe-1	19-72
200	<b>Суп из овощей со сметаной</b> <i>Капуста белокочанная. Картофель. Морковь. Лук репчатый. Зеленый горошек. Масло подсолнечное. III. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Сметана 15%. Мясо говядины-бройлеров. I. Категория тушка</i>	кКал-117, Бел-3, Жир-7, Угл-9, А-9, С-17, Е-2, Са-33, Mg-21, Fe-1	23-93
50/50	<b>Гуляши из мяса кур</b> <i>Грудки курицы-бройлера. I категория замороженное. Лук репчатый. Морковь. Масло подсолнечное. III. 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	50-87
150	<b>Изделия макаронные группы А отварные</b> <i>Макаронные р. I. 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	11-29
200	<b>Компот из изюма</b> <i>Сахар-песок. Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	8-2
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-8, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
<b>Итого за Обед</b>		кКал-942, Бел-30, Жир-32, Угл-132, А-63, С-24, Е-14, Са-116, Mg-113, Fe-7	<b>118-91</b>
<b>Итого за</b>		кКал-1431, Бел-47, Жир-47, Угл-202, А-164, С-31, Е-16, Са-506, Mg-169, Fe-8	<b>166-09</b>

## Пижманская школа ( Школа 7-11лет )

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
40	<b>Хлеб с сыром 30/10</b> <i>Хлеб пшеничный. Сыр в-твердый острый</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	
200	<b>Каша манная молочная с маслом сливочным</b> <i>Крупа манная. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шло утук. 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	
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>Кофейный напиток обогащенный. III. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шло утук. Сахар-песок</i>	кКал-107, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-127, Mg-15	
ит	<b>Сок в ассортименте 0,2л</b>	кКал-92, Бел-1, Угл-20, С-4, Са-14, Mg-8, Fe-3	
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-581, Бел-18, Жир-15, Угл-90, А-101, С-11, Е-2, Са-404, Mg-64, Fe-4	
<b>Итого за</b>		кКал-581, Бел-18, Жир-15, Угл-90, А-101, С-11, Е-2, Са-404, Mg-64, Fe-4	

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами \_\_\_\_\_ Моговилова А.Н.


Директор \_\_\_\_\_ О.А.Моговилова

## Пижанская школа ( Интернат 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
40	<b>Хлеб с сыром 30/10</b> <i>Хлеб пшеничный. Сыр п-тварный датский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	13-73
200	<b>Каша манная молочная с маслом сливочным</b> <i>Крупа манная. Масло ультрапастеризованное обогатненное в шю упак. Масло сливочное обогатненное. 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	17-74
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>Кофейный напиток обогатщенный ДШ. Масло ультрапастеризованное обогатненное в шю упак. Сахар-песок</i>	кКал-107, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-127, Mg-15	15-71
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-489, Бел-17, Жир-15, Угл-70, А-101, С-7, Е-2, Са-390, Mg-56, Fe-1	47-18
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат "Мазайка"</b> <i>Картофель. Морковь. Кукуруза консервированная. Огурцы. Масло подсолнечное ДШ. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-106, Бел-2, Жир-6, Угл-12, С-5, Е-2, Са-14, Mg-25, Fe-1	19-72
200	<b>Суп из овощей со сметаной</b> <i>Капуста белокочанная. Картофель. Морковь. Лук репчатый. Зеленый горошек. Масло подсолнечное ДШ. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сметана 15%. Масло сливочное-бройлеров 1 категории туника</i>	кКал-117, Бел-3, Жир-7, Угл-9, А-9, С-17, Е-2, Са-33, Mg-21, Fe-1	23-93
50/50	<b>Гуляши из мяса кур</b> <i>Грудинка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное. Лук репчатый. Морковь. Масло подсолнечное ДШ. Томат-паста. Мука пшеничная в с обогатненная. 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	50-87
150	<b>Изделия макаронные группы А отварные</b> <i>Макаронные гур А. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Е-9, Са-17, Mg-10, Fe-1	11-29
200	<b>Компот из изюма</b> <i>Сахар-песок. Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	8-2
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
<b>Итого за Обед</b>		кКал-942, Бел-30, Жир-32, Угл-132, А-63, С-24, Е-14, Са-116, Mg-113, Fe-7	118-91
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Сдоба "Надежда"</b>	кКал-298, Бел-8, Жир-5, Угл-55	18-15
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-298, Бел-8, Жир-5, Угл-55	18-15
<b><u>Ужин</u></b>			
200	<b>Пельмени п/ф готовый</b> <i>пельмени. Сметана 15%. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-517, Бел-20, Жир-36, Угл-30, А-54, Са-57, Mg-31, Fe-3	98-97
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай зеленый. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
<b>Итого за Ужин</b>		кКал-794, Бел-26, Жир-37, Угл-93, А-55, Е-1, Са-94, Mg-69, Fe-6	108-31
<b><u>Полдник2</u></b>			
250	<b>Йогурт славянский жирн. 2,5%</b>	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-49
<b>Итого за Полдник2</b>		кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-49
<b>Итого за</b>		кКал-2 753, Бел-89, Жир-95, Угл-386, А-219, С-31, Е-17, Са-600, Mg-238, Fe-14	335-04

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)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Хлеб с маслом 30/10</b> <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
200	<b>Суп молочный с лапшой</b> <i>Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шип упаковке, Макароны гр.А, Масло сливочное обогатненное, 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
40	<b>Яйцо отварное</b>	кКал-63, Бел-5, Жир-5, А-100, Са-22, Mg-5, Fe-1	14-85
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-390, Бел-11, Жир-18, Угл-49, А-184, С-1, Са-153, Mg-35, Fe-3	<b>49-06</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Винегрет овощной</b> <i>Картофель, Свекла, Морковь, Огурцы консервированные, Капуста квашеная, Лук репчатый, Масло подсолнечное, ШИ</i>	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Е-1, Са-13, Mg-11	15-97
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b> <i>Макароны гр.А, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, ШИ, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогатненное, Крупа пшенично-бурый перлов I категории, мука</i>	кКал-95, Бел-4, Жир-3, Угл-13, А-4, С-6, Е-2, Са-19, Mg-13, Fe-1	11-09
80	<b>Кура отварная</b> <i>Крупа пшенично-бурый перлов I категории, замороженная, Лук репчатый, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-197, Бел-17, Жир-14, С-2, Са-25, Mg-18, Fe-1	44-83
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шип упаковке, 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
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
<b>Итого за Обед</b>		кКал-827, Бел-32, Жир-30, Угл-107, А-45, С-45, Е-4, Са-143, Mg-120, Fe-6	<b>112-99</b>
<b>Итого за</b>		кКал-1217, Бел-43, Жир-48, Угл-156, А-229, С-46, Е-4, Са-296, Mg-155, Fe-9	<b>162-05</b>

**Пижманская школа ( Школа 7-11лет )**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
30	<b>Огурцы свежие</b>	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	
80	<b>Кура отварная</b> <i>Крупа пшенично-бурый перлов I категории, замороженная, Лук репчатый, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-197, Бел-17, Жир-14, С-2, Са-25, Mg-18, Fe-1	
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шип упаковке, 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	
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-609, Бел-26, Жир-21, Угл-81, А-41, С-37, Е-1, Са-119, Mg-95, Fe-4	
<b>Итого за</b>		кКал-609, Бел-26, Жир-21, Угл-81, А-41, С-37, Е-1, Са-119, Mg-95, Fe-4	

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 (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	<b>Хлеб с маслом 30/10</b> <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
200	<b>Суп молочный с лапшой</b> <i>Молоко ультрапастеризованное обогатненное в виде утка. Макароны гр.А. Масло сливочное обогатненное. Сахар-песок. Соль пищевая с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-121, Бел-4, Жир-4, Угл-16, А-24, С-1, Са-108, Mg-14	15-36
40	<b>Яйцо отварное</b>	кКал-63, Бел-5, Жир-5, А-100, Са-22, Mg-5, Fe-1	14-85
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-390, Бел-11, Жир-18, Угл-49, А-184, С-1, Са-153, Mg-35, Fe-3	<b>49-06</b>
<u>Обед</u>			
60	<b>Винегрет овощной</b> <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	15-97
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b> <i>Макароны гр.А. Картофель. Морковь. Лук репчатый. Масло подсолнечное ДП. Соль пищевая с пониженным содержанием натрия. Мясной фарш-бройлеров I категории тонкая</i>	кКал-95, Бел-4, Жир-3, Угл-13, А-4, С-6, Е-2, Са-19, Mg-13, Fe-1	11-09
80	<b>Кура отварная</b> <i>Грудка куриной бройлеров I категории замороженная. Лук репчатый. Соль пищевая с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-197, Бел-17, Жир-14, С-2, Са-25, Mg-18, Fe-1	44-83
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогатненное в виде утка. Соль пищевая 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
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
<b>Итого за Обед</b>		кКал-827, Бел-32, Жир-30, Угл-107, А-45, С-45, Е-4, Са-143, Mg-120, Fe-6	<b>112-99</b>
<u>Полдник</u>			
150	<b>Яблоки (шт.)</b>	кКал-78, Бел-1, Жир-1, Угл-21, С-15, Са-24, Mg-14, Fe-3	41-58
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-78, Бел-1, Жир-1, Угл-21, С-15, Са-24, Mg-14, Fe-3	<b>41-58</b>
<b>Итого за</b>		кКал-1 295, Бел-44, Жир-49, Угл-177, А-229, С-61, Е-4, Са-320, Mg-169, Fe-12	<b>203-63</b>

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

Директор \_\_\_\_\_

О.А.Мотовилова