

## 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	<b>Хлеб с маслом 30/10</b> <i>Хлеб пшеничный. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13 <i>✓181</i>
150	<b>Омлет натуральный</b> <i>Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Яйцо столовое. Масло сливочное обогащенное. Соль поваренная 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	67-32 <i>✓149</i>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97 <i>✓16</i>
<b>Итого за Завтрак</b>			83-29
<u>Обед</u>			
60	<b>Салат "Зеленый с огурцами"</b> <i>Капуста пекинская. Огурцы. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-23, Бел-1, Жир-2, Угл-2, С-13, Е-1, Са-16, Mg-7	15-13 <i>✓53</i>
200	<b>Суп картофельный с бобовыми</b> <i>Картофель. Горох колотый. Морковь. Лук репчатый. Масло подсолнечное ДП. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Мясо цыплят-броilersов I категории тушка. Лист шавровый</i>	кКал-128, Бел-7, Жир-4, Угл-15, А-4, С-9, Е-1, Са-34, Mg-31, Fe-2	15-31 <i>✓58</i>
70	<b>Нагетсы куриные</b> <i>Грубка цыплят-броilersов I категории замороженное. Яйцо столовое. Мука пшеничная в с обогащением. Соль поваренная 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	34-32 <i>✓260</i>
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-50, Mg-40, Fe-2	25-61 <i>✓2</i>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97 <i>✓16</i>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>✓184</i>
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>✓143</i>
<b>Итого за Обед</b>			97-8
<b>Итого за</b>			181-09

## 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>			
30	<b>Кукуруза конс.(гарнировка)</b>	кКал-98, Бел-3, Жир-1, Угл-18, Са-10, Mg-31, Fe-1	4-38 <i>✓242</i>
80	<b>Кура отварная</b> <i>Грубка цыплят-броilersов I категории замороженное. 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>✓117</i>
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-50, Mg-40, Fe-2	25-61 <i>✓2</i>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61 <i>✓184</i>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97 <i>✓143</i>
<b>Итого за Завтрак</b>			75-45
<b>Итого за</b>			75-45

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)
<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	13 <i>✓181</i>
150	<b>Омлет натуральный</b> <i>Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шло упак. Яйца столовое, Масло сливочное обогатненное, 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	67-32 <i>✓149</i>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97 <i>✓16</i>
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>83-29</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Зеленый с огурцами"</b> <i>Капуста пекинская, Огурцы, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-23, Бел-1, Жир-2, Угл-2, С-13, E-1, Са-16, Mg-7	15-13 <i>✓53</i>
200	<b>Суп картофельный с бобовыми</b> <i>Картофель, Горох колотый, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло льняное-бронированное 1 категории туника</i>	кКал-128, Бел-7, Жир-4, Угл-15, А-4, С-9, E-1, Са-34, Mg-31, Fe-2	15-31 <i>✓58</i>
70	<b>Нагетсы куриные</b> <i>Грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Яйца столовое, Мука пшеничная в с обогатненная, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сухари панировочные, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-213, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-20, С-1, E-2, Са-17, Mg-16, Fe-1	34-32 <i>✓260</i>
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шло упак. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-50, Mg-40, Fe-2	25-61 <i>✓2</i>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97 <i>✓16</i>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, E-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>✓184</i>
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>✓143</i>
<b>Итого за Обед</b>			<b>97-8</b>
<b>Итого за</b>			<b>181-09</b>
кКал-1 335, Бел-48, Жир-62, Угл-154, А-499, С-56, E-6, Са-295, Mg-168, Fe-13			

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.Н.

Директор

*О.А. Мотовилова*  
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	<b>Хлеб с сыром 30/10</b> <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	<b>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</b> <i>Крупа пшено шлифованное. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд.упак. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	19-07 <i>36</i>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97 <i>16</i>
<b>Итого за Завтрак</b>			33-64
<u>Обед</u>			
60	<b>Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом</b> <i>Капуста белокачанная. Морковь. Масло подсолнечное ДП. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6, С-23, Е-2, Са-29, Mg-12	10-99 <i>108</i>
200	<b>Суп-пюре из картофеля</b> <i>Картофель. Морковь. Мука пшеничная в с.обогаченная. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд.упак. Масло сливочное обогащенное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Мяс.цельчат-бросеров 1 категории туника</i>	кКал-140, Бел-5, Жир-6, Угл-16, А-34, С-15, Са-57, Mg-27, Fe-1	23-53 <i>196</i>
70	<b>Биточки (котлеты) из мяса кур</b> <i>Груока. Цельчат-бросеров 1 категории. Кмарожженное. Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд.упак. Мука пшеничная в с.обогаченная. Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-211, Бел-14, Жир-12, Угл-12, Са-34, Fe-1	35-21 <i>79</i>
150	<b>Изделия макаронные группы А отварные</b> <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	9-39 <i>11</i>
30	<b>Соус красный основной</b> <i>Масло сливочное обогащенное. Мука пшеничная в с.обогаченная. 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	2-23 <i>86</i>
200	<b>Компот из плодов свежих витаминизированный</b> <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	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>184</i>
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>143</i>
<b>Итого за Обед</b>			94-82
<b>Итого за</b>			128-46

**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	<b>Хлеб с сыром 30/10</b> <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	<b>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</b> <i>Крупа пшено шлифованное. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд.упак. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	19-07 <i>36</i>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97 <i>16</i>
<b>Итого за Завтрак</b>			33-64
<b>Итого за</b>			33-64

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)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Хлеб с сыром 30/10</b> <i>Хлеб пшеничный. Сыр п-твердый осетский</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	<b>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</b> <i>Крупа пшено шлифованное. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	19-07 <i>✓36</i>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97 <i>✓16</i>
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-64
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом</b>	кКал-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6, С-23, Е-2, Са-29, Mg-12	10-99 <i>✓108</i>
200	<b>Суп-пюре из картофеля</b> <i>Картофель. Морковь. Мука пшеничная в с обогащенная. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Масло сливочное обогащенное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка</i>	кКал-140, Бел-5, Жир-6, Угл-16, А-34, С-15, Са-57, Mg-27, Fe-1	23-53 <i>✓196</i>
70	<b>Биточки (котлеты) из мяса кур</b> <i>Грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное. Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Мука пшеничная в с обогащенная. Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-211, Бел-14, Жир-12, Угл-12, Са-34, Fe-1	35-21 <i>✓89</i>
150	<b>Изделия макаронные группы А отварные</b> <i>Макаронные 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	9-39 <i>✓1</i>
30	<b>Соус красный основной</b> <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	2-23 <i>✓86</i>
200	<b>Компот из плодов свежих витаминизированный</b> <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	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>✓184</i>
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>✓143</i>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 028, Бел-33, Жир-30, Угл-155, А-75, С-44, Е-12, Са-178, Mg-89, Fe-6	94-82
<b>Полдник</b>			
50	<b>Печенье (готовый продукт промышленного производства)</b>	кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	16-5 <i>✓139</i>
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	16-5
<b>Ужин</b>			
250	<b>Жаркое по- домашнему</b> <i>Свинина. Картофель. Лук репчатый. Масло подсолнечное ДП. Томат-паста. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-434, Бел-20, Жир-22, Угл-40, С-50, Е-4, Са-46, Mg-76, Fe-5	75-6 <i>✓188</i>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный. Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	2-97 <i>✓16</i>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61 <i>✓184</i>
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>✓143</i>
<b>Итого за Ужин</b>		кКал-744, Бел-28, Жир-23, Угл-109, А-1, С-50, Е-5, Са-86, Mg-119, Fe-9	83-46
<b>Полдник2</b>			
200	<b>Йогурт славянский жирн. 2,5%</b>	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	31-52 <i>✓40</i>
<b>Итого за Полдник2</b>		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	31-52
<b>Итого за</b>		кКал-2 656, Бел-92, Жир-77, Угл-403, А-157, С-122, Е-18, Са-550, Mg-280, Fe-19	259-94

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.Н.

Директор

О.А.Мотовилова