

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 остеский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6 <i>170</i>
100/25	Запеканка из творога 100/25 <i>Творог, Крупа манная, Сахар-песок, Яйцо столовое, Сухари панировочные, Сметана 15%, Масло сливочное обжаренное, Молоко сгущенное</i>	кКал-333, Бел-27, Жир-15, Угл-21, А-87, С-1, Е-1, Са-235, Mg-35, Fe-1	60-56 <i>366</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3 <i>116</i>
Итого за Завтрак		кКал-562, Бел-35, Жир-19, Угл-64, А-106, С-1, Е-2, Са-388, Mg-64, Fe-3	75-16
<u>Обед</u>			
60	Салат "Стенной" <i>Картофель, Огурцы консервированные, Морковь, Лук репчатый, Зелёный горошек, Масло подсолнечное ДП, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>		14-16 <i>242</i>
200	Щи из свежей капусты со сметаной <i>Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Лук репчатый, Мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка</i>	кКал-93, Бел-4, Жир-5, Угл-7, А-12, С-24, Е-1, Са-47, Mg-21, Fe-1	20-76 <i>195</i>
50/50	Гуляш из свинины <i>Свинина, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Мука пшеничная в с обжаренная, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-187, Бел-14, Жир-13, Угл-3, Са-8, Mg-18, Fe-2	53-23 <i>156</i>
150	Каши гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обжаренное</i>	кКал-233, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-127, Fe-4	15-94 <i>112</i>
200	Компот из изюма <i>Сахар-песок, Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	5-78 <i>14</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-8, 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-812, Бел-32, Жир-25, Угл-111, А-43, С-24, Е-3, Са-118, Mg-207, Fe-9	114-33
Итого за		кКал-1374, Бел-67, Жир-44, Угл-175, А-149, С-25, Е-5, Са-506, Mg-271, Fe-12	189-49

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 остеский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6 <i>170</i>
100/25	Запеканка из творога 100/25 <i>Творог, Крупа манная, Сахар-песок, Яйцо столовое, Сухари панировочные, Сметана 15%, Масло сливочное обжаренное, Молоко сгущенное</i>	кКал-333, Бел-27, Жир-15, Угл-21, А-87, С-1, Е-1, Са-235, Mg-35, Fe-1	60-56 <i>366</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3 <i>116</i>
Итого за Завтрак		кКал-562, Бел-35, Жир-19, Угл-64, А-106, С-1, Е-2, Са-388, Mg-64, Fe-3	75-16
Итого за		кКал-562, Бел-35, Жир-19, Угл-64, А-106, С-1, Е-2, Са-388, Mg-64, Fe-3	75-16

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 н-творожный 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>
100/25	Запеканка из творога 100/25 <i>Творог, Крупа манная, Сахар-песок, Яйно столовое, Сухари панировочные, Сметана 15%, Масло сливочное обогатненное, Молоко сгущенное</i>	кКал-333, Бел-27, Жир-15, Угл-21, А-87, С-1, Е-1, Са-235, Mg-35, Fe-1	60-56 <i>366</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	3 <i>16</i>
Итого за Завтрак		кКал-562, Бел-35, Жир-19, Угл-64, А-106, С-1, Е-2, Са-388, Mg-64, Fe-3	75-16
<u>Обед</u>			
60	Салат "Степной" <i>Картофель, Огурцы консервированные, Морковь, Лук репчатый, Зеленый горошек, Масло поваренное ДП, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>		14-16 <i>243</i>
200	Щи из свежей капусты со сметаной <i>Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Масло поваренное ДП, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Лук репчатый, Мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка</i>	кКал-93, Бел-4, Жир-5, Угл-7, А-12, С-24, Е-1, Са-47, Mg-21, Fe-1	20-76 <i>95</i>
50/50	Гуляш из свинины <i>Свинина, Лук репчатый, Масло поваренное ДП, Томат-паста, Мука пшеничная с обогатнением, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-187, Бел-14, Жир-13, Угл-3, А-8, Mg-18, Fe-2	53-23 <i>156</i>
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-233, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-127, Fe-4	15-94 <i>12</i>
200	Компот из изюма <i>Сахар-песок, Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	5-78 <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-812, Бел-32, Жир-25, Угл-111, А-43, С-24, Е-3, Са-118, Mg-207, Fe-9	114-33
<u>Полдник</u>			
50	Вафли с молочно-жировой начинкой обогащенные для детского питания	кКал-181, Бел-1, Жир-10, Угл-21, А-2, Е-2, Са-3, Mg-2	23-1 <i>7</i>
Итого за Полдник		кКал-181, Бел-1, Жир-10, Угл-21, А-2, Е-2, Са-3, Mg-2	23-1
<u>Ужин</u>			
150	Омлет натуральный <i>Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шипучек, Яйно столовое, Масло сливочное обогатненное, 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	68 <i>149</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	9-06 <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		кКал-650, Бел-22, Жир-27, Угл-79, А-374, С-6, Е-2, Са-156, Mg-58, Fe-6	81-52
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34 <i>40</i>
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за		кКал-2389, Бел-96, Жир-86, Угл-304, А-525, С-31, Е-9, Са-665, Mg-331, Fe-18	326-45

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)
Завтрак			
40	Батон с маслом 30/10 <i>Батон парезной из муки 1 сорта, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	14-65 <i>✓29</i>
200	Каша рисовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шлю у пак, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-277, Бел-6, Жир-7, Угл-47, А-44, С-1, Са-136, Mg-41, Fe-1	24-55 <i>✓117</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДШ, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шлю у пак, Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-48 <i>✓169</i>
Итого за Завтрак		кКал-461, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-268, Mg-66, Fe-2	54-68
Обед			
60	Салат "Мазайка" <i>Картофель, Морковь, Кукуруза консервированная, Огурцы, Масло растительное ДШ, 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	18-15 <i>✓263</i>
200	Борщ со сметаной <i>Свекла, Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное ДШ, Сахар-песок, Кислота лимонная, Вода, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Мясобитый-протезированный 1 категории тушика</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-5, Угл-11, А-5, С-21, Е-2, Са-44, Mg-20, Fe-1	20-61 <i>✓114</i>
70	Комлета Особая <i>Сметана, Лук репчатый, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шлю у пак, 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	33-88 <i>✓245</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шлю у пак, 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	27-84 <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	3 <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		кКал-770, Бел-21, Жир-23, Угл-122, А-48, С-60, Е-5, Са-177, Mg-142, Fe-7	107-94
Итого за		кКал-1 231, Бел-32, Жир-34, Угл-200, А-112, С-68, Е-6, Са-445, Mg-208, Fe-9	162-62

Пижманская школа (Школа 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Батон с маслом 30/10 <i>Батон парезной из муки 1 сорта, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	14-65 <i>✓29</i>
200	Каша рисовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шлю у пак, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-277, Бел-6, Жир-7, Угл-47, А-44, С-1, Са-136, Mg-41, Fe-1	24-55 <i>✓117</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДШ, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шлю у пак, Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-48 <i>✓169</i>
Итого за Завтрак		кКал-461, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-268, Mg-66, Fe-2	54-68
Итого за		кКал-461, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-268, Mg-66, Fe-2	54-68

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами.

Мотовилова А.Н.

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 паровой из муки 1 сорта, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	14-65 <i>129</i>
200	Каша рисовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упак, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-277, Бел-6, Жир-7, Угл-47, А-44, С-1, Са-136, Mg-41, Fe-1	24-55 <i>117</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упак, Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-48 <i>164</i>
Итого за Завтрак		кКал-461, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-268, Mg-66, Fe-2	54-68
<u>Обед</u>			
60	Салат "Мазайка" <i>Картофель, Морковь, Кукуруза консервированная, Огурцы, Масло подсолнечное ДП, 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	18-15 <i>263</i>
200	Борщ со сметаной <i>Свекла, Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Кислота лимонная, Вода, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Мясо телят-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	20-61 <i>114</i>
70	Котлета Особая <i>Свинина, Лук репчатый, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упак, 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	33-88 <i>245</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	27-84 <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	3 <i>116</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>1184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-28 <i>1143</i>
Итого за Обед		кКал-770, Бел-21, Жир-23, Угл-122, А-48, С-60, Е-5, Са-177, Mg-142, Fe-7	107-94
Итого за		кКал-1 231, Бел-32, Жир-34, Угл-200, А-112, С-68, Е-6, Са-445, Mg-208, Fe-9	162-62

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

Директор _____ О.А.Мотовилова