

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	Батон с маслом 30/10 <i>Батон парижский 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 100 улик. Сахар-песок. Соль поваренная 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	24-49 <i>✓ 117</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 улик. Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-44 <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	54-58
<u>Обед</u>			
60	Салат "Мазайка" <i>Картофель, Морковь, Кукуруза консервированная, Огурцы, Масло подсолнечное ДП. 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	14-74 <i>✓ 263</i>
200	Борщ со сметаной <i>Свекла, Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок. Кислота лимонная. Вода. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сметана 15%. Мясо птицы-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	20-89 <i>✓ 114</i>
70	Котлета Особая <i>Свинина, Лук репчатый, Хлеб пшеничный, Вода, Сахари поваренные. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-115, Бел-8, Жир-6, Угл-9, А-2, С-2, Са-34, Mg-20, Fe-1	32-21 <i>✓ 245</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 улик. 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	24-73 <i>✓ 2</i>
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-64, 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		кКал-773, Бел-22, Жир-24, Угл-122, А-48, С-60, Е-5, Са-179, Mg-143, Fe-8	100
Итого за		кКал-1 234, Бел-33, Жир-35, Угл-200, А-112, С-68, Е-6, Са-447, Mg-209, Fe-10	154-58

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	Батон с маслом 30/10 <i>Батон парижский 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 100 улик. Сахар-песок. Соль поваренная 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	24-49 <i>✓ 117</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 улик. Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-44 <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	54-58
Итого за		кКал-461, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-268, Mg-66, Fe-2	54-58

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)
Завтрак			
40	Батон с маслом 30/10 <i>Батон парижский из муки 1 сорта. Масло сливочное обогатненное</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 обогатненное в шлоулак. Сахар-песок. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-277, Бел-6, Жир-7, Угл-47, А-44, С-1, Са-136, Mg-41, Fe-1	24-49 <i>117</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогатненный, ДП. Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шлоулак. Сахар-песок</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-44 <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	54-58
Обед			
60	Салат "Мазайка" <i>Картофель, Морковь, Кукуруза консервированная, Огурцы, Масло подсолнечное ДП, 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	14-74 <i>263</i>
200	Борщ со сметаной <i>Свекла, Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное, ДП, Сахар-песок, Кислота лимонная, Воки, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Масло льняное-бройлеро 1 категории туника</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-5, Угл-11, А-5, С-21, Е-2, Са-44, Mg-20, Fe-1	20-89 <i>114</i>
70	Комлета Особая <i>Сливки, Лук репчатый, Хлеб пшеничный, Воки, Сухари панировочные, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-115, Бел-8, Жир-6, Угл-9, А-2, С-2, Са-34, Mg-20, Fe-1	32-21 <i>245</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шлоулак, 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	24-73 <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		кКал-773, Бел-22, Жир-24, Угл-122, А-48, С-60, Е-5, Са-179, Mg-143, Fe-8	100
Полдник			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2 <i>247</i>
Итого за Полдник		кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2
Ужин			
80	Кура отварная <i>Грудка цыплят-бройлера 1 категории замороженное, Лук репчатый</i>	кКал-111, Бел-38,3, Жир-32,3, Угл-7, А-817, В1-1, С-15, Е-12, Са-316, Mg-323, Fe-30	39-88 <i>117</i>
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-231, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-126, Fe-4	17-16 <i>12</i>
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогатненное, Мука пшеничная с обогатнением, 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	2-34 <i>86</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-636, Бел-397, Жир-331, Угл-108, А-855, В1-1, С-16, Е-14, Са-376, Mg-489, Fe-37	66-81
Полдник2			
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-2 208, Бел-440, Жир-375, Угл-363, А-967, В1-1, С-86, Е-21, Са-829, Mg-703, Fe-47	266-93

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	Хлеб с маслом 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13-48 <i>1181</i>
150	Макаронные изделия отварные с сыром <i>Макаронны гр А. Масло сливочное обогатненное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сыр и-творожный-острый</i>	кКал-294, Бел-10, Жир-16, Угл-33, А-76, F-1, Са-158, Mg-15, Fe-1	18-22 <i>188</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>116</i>
Итого за Завтрак		кКал-500, Бел-12, Жир-25, Угл-66, А-136, E-1, Са-181, Mg-31, Fe-3	34-67
Обед			
60	Салат из белокачанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом <i>Капуста белокачанная. Лук репчатый. Кукуруза консервированная. Сахар-песок. Масло подсолнечное ДП. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-64, Бел-1, Жир-4, Угл-6, С-18, Са-22	15-46 <i>238</i>
200	Щи из свежей капусты со сметаной <i>Капуста белокачанная. Картофель. Морковь. Масло подсолнечное. Ш. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сметана 15%. Лук репчатый. Масло раст-бройл-серв I категории туника. Лист лавровый</i>	кКал-93, Бел-4, Жир-5, Угл-7, А-12, С-24, E-1, Са-47, Mg-21, Fe-1	21-52 <i>195</i>
70	Котлета Мясная <i>Грудинка тр-льв-бройл-серв I категории замороженное. Свинина. Хлеб пшеничный. Лук репчатый. Молоко ультрапастеризованное обогатненное и шо-упак. Сахар-пшеничный. Масло подсолнечное. Ш. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-207, Бел-13, Жир-12, Угл-12, А-4, С-1, E-1, Са-39, Mg-20, Fe-2	41-8 <i>235</i>
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронны гр А. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, F-9, Са-17, Mg-10, Fe-1	9-14 <i>1</i>
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогатненное. Мука пшеничная в с обогатнением. 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	2-34 <i>86</i>
200	Компот из яблок и изюма <i>Яблоки. Сахар-песок. Кислота лимонная. Изюм</i>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	5-1 <i>14</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, E-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-18 <i>136</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-925, Бел-31, Жир-29, Угл-134, А-57, С-44, E-12, Са-165, Mg-90, Fe-6	99-82
Итого за		кКал-1425, Бел-43, Жир-54, Угл-200, А-193, С-44, E-13, Са-346, Mg-121, Fe-9	134-49

Пижманская школа (Школа 7-11лет)

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 обогатненное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13-48 <i>1181</i>
150	Макаронные изделия отварные с сыром <i>Макаронны гр А. Масло сливочное обогатненное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сыр и-творожный-острый</i>	кКал-294, Бел-10, Жир-16, Угл-33, А-76, F-1, Са-158, Mg-15, Fe-1	18-22 <i>188</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>116</i>
Итого за Завтрак		кКал-500, Бел-12, Жир-25, Угл-66, А-136, E-1, Са-181, Mg-31, Fe-3	34-67
Итого за		кКал-500, Бел-12, Жир-25, Угл-66, А-136, E-1, Са-181, Mg-31, Fe-3	34-67

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	Хлеб с маслом 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13-48
150	Макаронные изделия отварные с сыром <i>Макаронные гр А. Масло сливочное обогатненное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сыр плавленый датский</i>	кКал-294, Бел-10, Жир-16, Угл-33, А-76, Е-1, Са-158, Mg-15, Fe-1	18-22
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-500, Бел-12, Жир-25, Угл-66, А-136, Е-1, Са-181, Mg-31, Fe-3	34-67
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокачанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом <i>Капуста белокачанная. Лук репчатый. Кукуруза консервированная. Сахар-песок. Масло подсолнечное ДП. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-64, Бел-1, Жир-4, Угл-6, С-18, Са-22	15-46
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. Масло подсолнечное ДП. Сухари панировочные 1 категории туника</i>	кКал-93, Бел-4, Жир-5, Угл-7, А-12, С-24, Е-1, Са-47, Mg-21, Fe-1	21-52
70	Комплета Мясная <i>Грудинка свиная 1 категории жирность 5%. Свинина. Хлеб пшеничный. Лук репчатый. Масло подсолнечное обогатненное в виде эмульсии. Сухари панировочные. Масло подсолнечное ДП. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-207, Бел-13, Жир-12, Угл-12, А-4, С-1, Е-1, Са-39, Mg-20, Fe-2	41-8
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронные гр 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	9-14
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогатненное. Мука пшеничная в с обогатнением. 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	2-34
200	Компот из яблок и изюма <i>Яблоки. Сахар-песок. Кислота лимонная. Изюм</i>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	5-1
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-925, Бел-31, Жир-29, Угл-134, А-57, С-44, Е-12, Са-165, Mg-90, Fe-6	99-82
<u>Полдник</u>			
100	Манник <i>Крупа манная. Яйцо столовое. Сахар-песок. Сметана 15%. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-386, Бел-7, Жир-18, Угл-49, А-136, Е-1, Са-50, Mg-14, Fe-1	38-36
Итого за Полдник		кКал-386, Бел-7, Жир-18, Угл-49, А-136, Е-1, Са-50, Mg-14, Fe-1	38-36
<u>Ужин</u>			
200	Запеканка картофельная с мясом <i>Картофель. говядина 1 категории в кости замороженное. Лук репчатый. Яйцо столовое. Масло сливочное обогатненное. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло подсолнечное ДП. Сухари панировочные</i>	кКал-343, Бел-17, Жир-17, Угл-31, А-44, С-36, Е-1, Са-34, Mg-58, Fe-4	30-06
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
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 Ужин		кКал-623, Бел-86, Жир-18, Угл-91, А-45, С-39, Е-2, Са-73, Mg-97, Fe-7	41-37
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за		кКал-2 618, Бел-142, Жир-95, Угл-369, А-374, С-83, Е-16, Са-469, Mg-232, Fe-17	246-56

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

Директор _____ О.А.Мотовилова

Пижжанская 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 сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Сыр п-творожный острый</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	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное. Крупа рисовая. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке. Сахар-песок. Масло сливочное обогащенное. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-252, Бел-6, Жир-9, Угл-35, А-58, С-1, Са-133, Mg-39, Fe-1	24-39 <i>1199</i>
200	Какао с молоком <i>Какао-напиток обогащенный ДП. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке. Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-97 <i>1183</i>
Итого за Завтрак		кКал-578, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	51-96
Обед			
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. Лист лавровый</i>	кКал-105, Бел-361, Жир-304, Угл-7, А-769, В1-1, С-14, Е-11, Са-298, Mg-304, Fe-28	21-04 <i>1131</i>
80	Кура отварная <i>Грудики цыплят-бройлеров I категории замороженные. Лук репчатый. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-50, Mg-40, Fe-2	37-67 <i>1117</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	24-44 <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-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-682, Бел-376, Жир-314, Угл-112, А-810, В1-1, С-49, Е-12, Са-530, Mg-388, Fe-33	99-79
Итого за		кКал-1260, Бел-393, Жир-330, Угл-201, А-906, В1-1, С-56, Е-13, Са-944, Mg-465, Fe-35	151-75

Пижжанская школа (Школа 7-11лет)

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-творожный острый</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	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное. Крупа рисовая. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке. Сахар-песок. Масло сливочное обогащенное. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-252, Бел-6, Жир-9, Угл-35, А-58, С-1, Са-133, Mg-39, Fe-1	24-39 <i>1199</i>
200	Какао с молоком <i>Какао-напиток обогащенный ДП. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке. Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-97 <i>1183</i>
Итого за Завтрак		кКал-578, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	51-96
Итого за		кКал-578, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	51-96

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	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Сыр п-творожный детский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	11-6 <i>1180</i>
200	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено шлифованное. Крупа рисовая. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 упаковке. 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	24-39 <i>1199</i>
200	Какао с молоком <i>Какао-порошок обогащенный. Ш. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 упаковке. Сахар-песок</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	15-97 <i>183</i>
Итого за Завтрак		кКал-578, Бел-17, Жир-16, Угл-89, А-96, С-7, Е-1, Са-414, Mg-77, Fe-2	51-96
<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. Консерв рыбные. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-107, Бел-4, Жир-3, Угл-13, Са-139	21-04 <i>1131</i>
80	Кура отварная <i>Грушка цыплят-бройлеров I категории замороженные. Лук репчатый. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-105, Бел-36,1, Жир-30,4, Угл-7, А-76,9, В1-1, С-14, Е-11, Са-298, Mg-30,4, Fe-28	37-67 <i>1117</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 упаковке. 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	24-44 <i>12</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>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-682, Бел-37,6, Жир-31,4, Угл-112, А-810, В1-1, С-49, Е-12, Са-530, Mg-388, Fe-33	99-79
<u>Полдник</u>			
50	Витушка с маком		15-33 <i>1181</i>
Итого за Полдник			15-33
<u>Ужин</u>			
200	Плов из свинины <i>Свинина. Крупа рисовая. Морковь. Лук репчатый. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло растительное Ш</i>	кКал-385, Бел-16, Жир-19, Угл-38, С-2, Е-4, Са-29, Mg-50, Fe-3	55-39 <i>194</i>
200	Чай с лимоном <i>Чай черный. Сахар-песок. Лимон</i>	кКал-64, Бел-6,3, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	6-85 <i>1186</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 Ужин		кКал-665, Бел-85, Жир-20, Угл-98, А-1, С-5, Е-5, Са-68, Mg-89, Fe-6	66-7
<u>Полдник2</u>			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34 <i>140</i>
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34
Итого за		кКал-2 109, Бел-484, Жир-355, Угл-328, А-907, В1-1, С-61, Е-18, Са-1 012, Mg-554, Fe-41	266-12

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	Батон с маслом 30/10 <i>Батон парезной из муки I сорта. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	14-65 <i>✓129</i>
200	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа овсяная (геркулес). Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шю упаковке. Сахар-песок. Соль йодированная 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	18-5 <i>✓1.29</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		кКал-374, Бел-71, Жир-10, Угл-62, А-63, С-3, Е-2, Са-147, Mg-52, Fe-3	40
<u>Обед</u>			
60	Салат студенческий <i>Картофель, Морковь, Зеленый горошек, Яичо столовое. Масло подсолнечное ДП. 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>✓176</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 говядины-бройлеров I категории тушка</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-5, Угл-11, А-5, С-21, Е-2, Са-44, Mg-20, Fe-1	22-39 <i>✓114</i>
70	Комлета Особая <i>Свинина, Лук репчатый, Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шю упаковке. 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	33-46 <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, А-31, Е-1, Са-20, Mg-126, Fe-4	15-79 <i>✓12</i>
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогатненное. Мука пшеничная в с обогатненной. 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	2-34 <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		кКал-839, Бел-27, Жир-26, Угл-126, А-67, С-80, Е-7, Са-152, Mg-215, Fe-9	99-86
Итого за		кКал-1 213, Бел-98, Жир-36, Угл-188, А-130, С-83, Е-9, Са-299, Mg-267, Fe-12	139-86

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>			
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>
60	Салат студенческий <i>Картофель, Морковь, Зеленый горошек, Яичо столовое. Масло подсолнечное ДП. 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>✓176</i>
60	Комлета Особая <i>Свинина, Лук репчатый, Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шю упаковке. Сахар-песок. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-99, Бел-7, Жир-5, Угл-7, А-2, С-2, Са-29, Mg-17, Fe-1	28-68 <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, А-31, Е-1, Са-20, Mg-126, Fe-4	15-79 <i>✓12</i>
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогатненное. Мука пшеничная в с обогатненной. 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	2-34 <i>✓86</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>
Итого за Завтрак		кКал-668, Бел-85, Жир-20, Угл-99, А-63, С-12, Е-5, Са-100, Mg-188, Fe-8	71-98
Итого за		кКал-668, Бел-85, Жир-20, Угл-99, А-63, С-12, Е-5, Са-100, Mg-188, Fe-8	71-98

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)
Завтрак			
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	14-65 <i>129</i>
200	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа овсяная (геркулес), Молоко ультрапастеризованное обогащенное в п/д упаковке. Сахар-песок. Соль поваренная 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	18-5 <i>1129</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			40
Обед			
60	Салат студенческий <i>Картофель, Морковь, Зеленый горошек, Яблоко столовое, Масло подсолнечное, Ш. Соль поваренная 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>176</i>
200	Борщ со сметаной <i>Свекла, Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное, Ш. Сахар-песок, Кислота лимонная, Яблоко. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сметана 15%. Масло цып-лят-бройзеров 1 категории тушица</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-5, Угл-11, А-5, С-21, Е-2, Са-44, Mg-20, Fe-1	22-39 <i>114</i>
70	Комлета Особая <i>Сметана, Лук репчатый, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в п/д упаковке, Сахар поваренный, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-115, Бел-8, Жир-6, Угл-9, А-2, С-2, Са-34, Mg-20, Fe-1	33-46 <i>245</i>
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>Крупа гречневая, Соль поваренная 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	15-79 <i>112</i>
30	Соус красный основной <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	2-34 <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>134</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			99-86
Полдник			
50	Печенье (готовый продукт промышленного производства)	кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15 <i>139</i>
Итого за Полдник			18-15
Ужин			
80	Кура отварная <i>Грубка цып-лят-бройзеров 1 категории жаропрочное, Лук репчатый, Соль поваренная 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 <i>117</i>
200	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в п/д упаковке, Соль поваренная 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	34-4 <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>134</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			85-54
Полдник 2			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	32-34 <i>40</i>
Итого за Полдник 2			32-34
Итого за			275-89

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 (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Сыр п-твердый детский</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 вид упаковки. Масло сливочное обогащенное. Сахар-песок. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-214, Бел-6, Жир-8, Угл-29, А-63, Е-1, Са-125, Mg-18	16-96 <i>✓86</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный. ДП. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Сахар-песок.</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-44 <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	44
<u>Обед</u>			
60	Салат картофельный с кальмарами <i>Картофель. Лук репчатый. Кальмары. Кислота лимонная. Вода. Масло подсолнечное. ДП. Сахар-песок. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-55, Бел-1, Жир-2, Угл-7, С-9, Е-1, Са-9, Mg-11	19-87 <i>✓264</i>
200	Суп из овощей со сметаной <i>Капуста белокачанная. Картофель. Морковь. Лук репчатый. Зелень свежая. Масло подсолнечное. ДП. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия. Сметана 15%. Мясо индейки-бройлера / категория филе</i>	кКал-117, Бел-3, Жир-7, Угл-9, А-9, С-17, Е-2, Са-33, Mg-21, Fe-1	19-88 <i>✓69</i>
50/50	Гуляш из мяса кур <i>Грудинка цыпленка-бройлера / категория замороженные. Лук репчатый. Морковь. Масло подсолнечное. ДП. Тесто пшеничное. Мука пшеничная высшего сорта. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-168, Бел-12, Жир-12, Угл-3, А-19, С-2, Са-9, Mg-16, Fe-2	45-23 <i>✓8</i>
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронные гр.А. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное.</i>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Е-9, Са-17, Mg-10, Fe-1	9-72 <i>✓11</i>
200	Компот из изюма <i>Сахар-песок. Грудинка</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	6-91 <i>✓14</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	106-07 <i>✓143</i>
Итого за		кКал-1379, Бел-46, Жир-43, Угл-197, А-164, С-35, Е-15, Са-499, Mg-155, Fe-7	150-07

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-твердый детский</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 вид упаковки. Масло сливочное обогащенное. Сахар-песок. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-214, Бел-6, Жир-8, Угл-29, А-63, Е-1, Са-125, Mg-18	16-96 <i>✓86</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный. ДП. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Сахар-песок.</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-44 <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	44
Итого за		кКал-488, Бел-17, Жир-15, Угл-70, А-101, С-7, Е-2, Са-388, Mg-56, Fe-1	44

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	Хлеб с сыром 30/10 <i>Хлеб пышечный, Сыр п-твердый ост-ский</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 шю упаковке, 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	16-96 <i>✓ 176</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	15-44 <i>✓ 164</i>
Итого за Завтрак			44
<u>Обед</u>			
60	Салат картофельный с кальмарами <i>Картофель, Лук репчатый, Кальмары, Кислота лимонная, Вода, Масло подсолнечное, ШП, 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	19-87 <i>✓ 204</i>
200	Суп из овощей со сметаной <i>Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Зеленый горошек, Масло подсолнечное, ШП, 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	19-88 <i>✓ 69</i>
50/50	Гуляш из мяса кур <i>Грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное, ШП, Тимьян-паста, Мука пшеничная высшего качества, 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	45-23 <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	9-72 <i>✓ 1</i>
200	Компот из изюма <i>Сахар-песок, Изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	6-91 <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			106-07
<u>Полдник</u>			
100	Сдоба "Надежда"	кКал-298, Бел-8, Жир-5, Угл-55	19-8 <i>✓ 111</i>
Итого за Полдник			19-8
<u>Ужин</u>			
200	Пельмени п/ф готовый <i>пельмени, Сметана 15%, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-481, Бел-18, Жир-33, Угл-27, А-50, Са-53, Mg-29, Fe-2	90-64 <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			98-07
<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			32-34
Итого за			300-28

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	Хлеб с маслом 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13-48 <i>1181</i>
150	Омлет натуральный <i>Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Яйцо столовое. Масло сливочное обогащенное. Соус 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	68-03 <i>1149</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>116</i>
Итого за Завтрак		кКал-513, Бел-18, Жир-35, Угл-36, А-434, С-1, Е-1, Са-141, Mg-36, Fe-5	84-48
<u>Обед</u>			
60	Салат "Зеленый с огурцами" <i>Капуста пекинская. Огурцы. Соус поджаренная с пониженным содержанием натрия. Масло подсолнечное ШП</i>	кКал-23, Бел-1, Жир-2, Угл-2, С-13, Е-1, Са-16, Mg-7	15-11 <i>153</i>
200	Суп картофельный с бобовыми <i>Картофель. Горох колотый. Морковь. Лук репчатый. Масло подсолнечное ШП. Соус поджаренная с пониженным содержанием натрия. Мясо цыплят-бройлеров I категории тушка. Лист лавровый</i>	кКал-128, Бел-7, Жир-4, Угл-15, А-4, С-9, Е-1, Са-34, Mg-31, Fe-2	16-65 <i>158</i>
70	Наггетсы куриные <i>Грушка цыплят-бройлеров I категории замороженное. Яйцо столовое. Мука пшеничная высшего сорта. Соус поджаренная с пониженным содержанием натрия. Соусы поджаренные. Масло подсолнечное ШП</i>	кКал-213, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-20, С-1, Е-2, Са-17, Mg-16, Fe-1	34-3 <i>260</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Соус поджаренная 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	25-81 <i>12</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>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-822, Бел-30, Жир-27, Угл-118, А-65, С-55, Е-5, Са-154, Mg-132, Fe-8	99-3
Итого за		кКал-1335, Бел-48, Жир-62, Угл-154, А-499, С-56, Е-6, Са-295, Mg-168, Fe-13	183-78

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>			
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>116</i>
30	Кукуруза конс.(гарнировка)	кКал-98, Бел-3, Жир-1, Угл-18, Са-10, Mg-31, Fe-1	4-38 <i>242</i>
80	Кура отварная <i>Грушка цыплят-бройлеров I категории замороженное. Лук репчатый. Соус 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 <i>117</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки. Соус поджаренная 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	25-81 <i>12</i>
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61 <i>1184</i>
Итого за Завтрак		кКал-641, Бел-375, Жир-312, Угл-110, А-810, В1-1, С-46, Е-12, Са-392, Mg-409, Fe-34	73-44
Итого за		кКал-641, Бел-375, Жир-312, Угл-110, А-810, В1-1, С-46, Е-12, Са-392, Mg-409, Fe-34	73-44

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	Хлеб с маслом 30/10 <i>Хлеб пшеничный. Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	13-48 <i>✓181</i>
150	Омлет натуральный <i>Молоко ультрастерилизованное обезжиренное в ину угле. Яйцо столовое. Масло сливочное обезжиренное. 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	68-03 <i>✓149</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>
Итого за Завтрак			84-48
<u>Обед</u>			
60	Салат "Зеленый с огурцами" <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	15-11 <i>✓53</i>
200	Суп картофельный с бобовыми <i>Картофель. Горох колотый. Морковь. Лук репчатый. Масло подсолнечное ДП. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Мясные продукты I категории туника</i>	кКал-128, Бел-7, Жир-4, Угл-15, А-4, С-9, Е-1, Са-34, Mg-31, Fe-2	16-65 <i>✓58</i>
70	Нагетсы куриные <i>Грудка цыпленка-бройлера I категории замороженное. Яйцо столовое. Мука пшеничная в/с обезжиренная. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Сахар поваренный. 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 <i>✓260</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель. Молоко ультрастерилизованное обезжиренное в ину угле. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия. Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-181, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-50, Mg-40, Fe-2	25-81 <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>✓189</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			99-3
Итого за			183-78

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

Директор _____ *О.А. Мотовилова*