

### Пижманская школа ( Школа 2021-2022)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Хлеб с маслом 30/10</b> <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	14-41 №181
40	<b>Яйцо отварное</b>	кКал-63, Бел-5, Жир-5, А-100, Са-22, Mg-5, Fe-1	14-85 №187
200	<b>Суп молочный с лапшой</b> <i>Молоко ультрапастеризованное обезжиренное в пачках, Макароны гр.4, Масло сливочное обезжиренное, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-121, Бел-4, Жир-4, Угл-16, А-24, С-1, Са-108, Mg-14	15-36 №112
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 №186
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-393, Бел-74, Жир-18, Угл-46, А-184, С-4, Са-155, Mg-36, Fe-3	52-95
<b>Обед</b>			
30	<b>Огурцы свежие</b>	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	12-85 №200
200	<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b> <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Масло подсолнечное, Ш. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Лук репчатый, Масло цпм пшеничного 1 категории мука</i>	кКал-93, Бел-4, Жир-5, Угл-7, А-12, С-24, Е-1, Са-47, Mg-21, Fe-1	26-6 №98
200	<b>Плов из мяса кур</b> <i>Грудка куриной без кожи 1 категории замороженная, Лук репчатый, Морковь, Крупа рисовая, Масло подсолнечное, Ш. Лимон-листья, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-259, Бел-14, Жир-12, Угл-24, А-25, С-3, Е-1, Са-19, Mg-32, Fe-1	52-57 №70
200	<b>Компот из яблок и изюма</b> <i>Яблоки, Сахар-песок, Кислота лимонная, Изюм</i>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	6-96 №248
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 №184
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 №143
<b>Итого за Обед</b>		кКал-652, Бел-24, Жир-18, Угл-97, А-37, С-30, Е-3, Са-117, Mg-98, Fe-4	103-88
<b>Итого за</b>		кКал-1045, Бел-98, Жир-36, Угл-143, А-221, С-34, Е-3, Са-272, Mg-134, Fe-7	156-83

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
30	<b>Огурцы свежие</b>	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	№200
150	<b>Плов из мяса кур</b> <i>Грудка куриной без кожи 1 категории замороженная, Лук репчатый, Морковь, Крупа рисовая, Масло подсолнечное, Ш. Лимон-листья, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-194, Бел-10, Жир-9, Угл-18, А-18, С-2, Е-1, Са-14, Mg-24, Fe-1	№70
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	№184
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	№186
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-429, Бел-78, Жир-10, Угл-69, А-19, С-8, Е-2, Са-61, Mg-62, Fe-3	
<b>Итого за</b>		кКал-429, Бел-78, Жир-10, Угл-69, А-19, С-8, Е-2, Са-61, Mg-62, Fe-3	

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 с тивочное обогашенное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	14-41 <i>181</i>
40	<b>Яйцо отварное</b>	кКал-63, Бел-5, Жир-5, А-100, Са-22, Mg-5, Fe-1	14-85 <i>188</i>
200	<b>Суп молочный с лапшой</b> <i>Мясное с тивочнотривочное обогашенное в тивочн. супе, Макароны гр.А, Масло с тивочное обогашенное, Сахар-песок, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-121, Бел-4, Жир-4, Угл-16, А-24, С-1, Са-108, Mg-14	15-36 <i>112</i>
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 <i>186</i>
<b>Итого за Завтрак</b>			52-95
<b>Обед</b>			
30	<b>Огурцы свежие</b>	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	12-85 <i>200</i>
200	<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b> <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Лук репчатый, Мясные вырезки-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	26-6 <i>95</i>
200	<b>Плов из мяса кур</b> <i>Грудка курицы-бройлеров 1 категории замороженное, Лук репчатый, Морковь, Крупа рисовая, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-259, Бел-14, Жир-12, Угл-24, А-25, С-3, Е-1, Са-19, Mg-32, Fe-1	52-57 <i>70</i>
200	<b>Компот из яблок и изюма</b> <i>Яблоки, Сахар-песок, Кислота лимонная, Изюм</i>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	6-96 <i>246</i>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>184</i>
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>143</i>
<b>Итого за Обед</b>			103-88
<b>Полдник</b>			
50	<b>Булочное изделие Калейдоскоп</b>	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	17-62 <i>241</i>
<b>Итого за Полдник</b>			17-62
<b>Ужин</b>			
70	<b>Наггетсы куриные</b> <i>Грудка курицы-бройлеров 1 категории замороженное, Яйцо столовое, Мука пшеничная в с обогашенная, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Уксус пищевочный, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-213, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-20, С-1, Е-2, Са-17, Mg-16, Fe-1	39-42 <i>260</i>
150	<b>Изделия макаронные группы А отварные</b> <i>Макароны гр.А, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло с тивочное обогашенное</i>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Е-9, Са-17, Mg-10, Fe-1	11-29 <i>1</i>
30	<b>Соус красный основной</b> <i>Масло с тивочное обогашенное, Мука пшеничная в с обогашенная, 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	2-71 <i>86</i>
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 <i>116</i>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>184</i>
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>143</i>
<b>Итого за Ужин</b>			62-76
<b>Полдник2</b>			
250	<b>Йогурт славянский жирн. 2,5%</b>	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-49 <i>140</i>
<b>Итого за Полдник2</b>			42-49
<b>Итого за</b>			279-7

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>Хлеб с сыром 30/10</b> <i>Хлеб пшеничный. Сыр п-твердый остский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	13-73 <i>1170</i>
100/25	<b>Запеканка из творога 100/25</b> <i>Творог, Крупа манная, Сахар-песок, Яйцо столовое, Сухари панировочные, Сметана 15%, Масло сливочное обогаченное, Молоко сгущенное</i>	кКал-333, Бел-27, Жир-15, Угл-21, А-87, С-1, Е-1, Са-235, Mg-35, Fe-1	67-3 <i>1366</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	4-44 <i>116</i>
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-562, Бел-35, Жир-19, Угл-64, А-106, С-1, Е-2, Са-388, Mg-64, Fe-3	85-47
<u>Обед</u>			
30	<b>Огурцы свежие</b>	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	12-85 <i>200</i>
200	<b>Борщ со сметаной</b> <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%, Масло цыплят-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	26-27 <i>114</i>
50/50	<b>Гуляш из свинины</b> <i>Свинина, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Шп, Томат-паста, Мука пшеничная в.с. обогаченная, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-187, Бел-14, Жир-13, Угл-3, Са-8, Mg-18, Fe-2	55-66 <i>156</i>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>Крупа гречневая, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогаченное</i>	кКал-234, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-127, Fe-4	20-11 <i>112</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	4-44 <i>116</i>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>134</i>
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>143</i>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-800, Бел-30, Жир-25, Угл-115, А-37, С-24, Е-4, Са-123, Mg-211, Fe-10	124-23
<b>Итого за</b>		кКал-1362, Бел-65, Жир-44, Угл-179, А-143, С-25, Е-6, Са-511, Mg-275, Fe-13	209-7

## 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>			
40	<b>Хлеб с сыром 30/10</b> <i>Хлеб пшеничный. Сыр п-твердый остский</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	<i>1170</i>
100/25	<b>Запеканка из творога 100/25</b> <i>Творог, Крупа манная, Сахар-песок, Яйцо столовое, Сухари панировочные, Сметана 15%, Масло сливочное обогаченное, Молоко сгущенное</i>	кКал-333, Бел-27, Жир-15, Угл-21, А-87, С-1, Е-1, Са-235, Mg-35, Fe-1	<i>1366</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	<i>116</i>
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-562, Бел-35, Жир-19, Угл-64, А-106, С-1, Е-2, Са-388, Mg-64, Fe-3	
<b>Итого за</b>		кКал-562, Бел-35, Жир-19, Угл-64, А-106, С-1, Е-2, Са-388, Mg-64, Fe-3	

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

Директор \_\_\_\_\_ О.А. Моговилова

## 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	<b>Хлеб с сыром 30/10</b> <i>Углеводистый, Сыро-творожный-сливочный</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	13-73 <i>170</i>
100/25	<b>Запеканка из творога 100/25</b> <i>Творог, Крупа манная, Сахар-песок, Яйцо столовое, Сухари панировочные, Сметана 15%, Масло сливочное обжаренное, Молоко сквашенное</i>	кКал-333, Бел-27, Жир-15, Угл-21, А-87, С-1, Е-1, Са-235, Mg-35, Fe-1	67-3 <i>366</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	4-44 <i>116</i>
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-562, Бел-35, Жир-19, Угл-64, А-106, С-1, Е-2, Са-388, Mg-64, Fe-3	85-47
<u>Обед</u>			
30	<b>Огурцы свежие</b>	кКал-8, Угл-2, С-3, Са-14, Mg-8	12-85 <i>200</i>
200	<b>Борщ со сметаной</b> <i>Свекла, Капуста белокачанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Ш, Сахар-песок, Кислота лимонная, Вода, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Сметана 15%, Масло цыплят-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	26-27 <i>114</i>
50/50	<b>Гуляш из свинины</b> <i>Свинина, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Ш, 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	55-66 <i>156</i>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>Крупа гречневая, Соль поваренная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обжаренное</i>	кКал-234, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Е-1, Са-20, Mg-127, Fe-4	20-11 <i>112</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	4-44 <i>116</i>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>134</i>
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>143</i>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-800, Бел-30, Жир-25, Угл-115, А-37, С-24, Е-4, Са-123, Mg-211, Fe-10	124-23
<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 <i>39</i>
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15
<u>Ужин</u>			
150	<b>Омлет натуральный</b> <i>Молоко ультрапастеризованное обжаренное в пл. укук, Яйцо столовое, Масло сливочное обжаренное, 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	68-89 <i>149</i>
200	<b>Компот из плодов свежих витаминизированный</b> <i>Яблочки, Сахар-песок, Кислота лимонная</i>	кКал-127, Угл-31, С-5, Са-16, Mg-6, Fe-1	10-99 <i>39</i>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>134</i>
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>143</i>
<b>Итого за Ужин</b>		кКал-650, Бел-22, Жир-27, Угл-79, А-374, С-6, Е-2, Са-156, Mg-58, Fe-6	84-78
<u>Полдник2</u>			
250	<b>Йогурт славянский жирн. 2,5%</b>	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-49 <i>40</i>
<b>Итого за Полдник2</b>		кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-49
<b>Итого за</b>		кКал-2467, Бел-105, Жир-83, Угл-327, А-517, С-59, Е-8, Са-675, Mg-333, Fe-20	355-12

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

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	<b>Батон с маслом 30/10</b> <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	15-76 <i>№29</i>
200	<b>Каша рисовая молочная с маслом сливочным</b> <i>Крупа рисовая. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке. 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	30-1 <i>№117</i>
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>Кофейный напиток обогащенный ДП. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке. Сахар-песок</i>	кКал-107, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-127, Mg-15	15-71 <i>№164</i>
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-462, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-270, Mg-66, Fe-2	61-57
<u>Обед</u>			
60	<b>Салат студенческий</b> <i>Картофель, Морковь, Зеленый горошек, Яйца столовые, 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	17-97 <i>№176</i>
200	<b>Суп картофельный с рыбными консервами</b> <i>Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное обогащенное, Консервы рыбные. Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-107, Бел-4, Жир-3, Угл-13, Са-139	23-41 <i>№92</i>
70	<b>Котлета Особая</b> <i>Свинина, Лук репчатый, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке. Сахар йодированный, 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 <i>№245</i>
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке. 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	31-76 <i>№2</i>
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 <i>№16</i>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>№184</i>
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>№143</i>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-771, Бел-23, Жир-22, Угл-117, А-66, С-40, Е-4, Са-273, Mg-110, Fe-6	118-88
<b>Итого за</b>		кКал-1233, Бел-34, Жир-33, Угл-195, А-130, С-48, Е-5, Са-543, Mg-176, Fe-8	180-45

## Пижманская школа ( Школа 7-11 лет )

Выход (г)	Наименование б.п.ода	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 обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	<i>№29</i>
200	<b>Каша рисовая молочная с маслом сливочным</b> <i>Крупа рисовая. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке. 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	<i>№117</i>
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>Кофейный напиток обогащенный ДП. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке. Сахар-песок</i>	кКал-107, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-127, Mg-15	<i>№164</i>
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-462, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-270, Mg-66, Fe-2	
<b>Итого за</b>		кКал-462, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-270, Mg-66, Fe-2	

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	<b>Батон с маслом</b> 30/10 <i>Батон паровой высшего I сорта. Масло сливочное обогатненное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-76 <i>№20</i>
200	<b>Каша рисовая молочная с маслом сливочным</b> <i>Крупа рисовая. Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шип уаке. 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	30-1 <i>№117</i>
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>Кофейный напиток обогатненный. Цп. Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шип уаке. Сахар-песок</i>	кКал-107, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-127, Mg-15	15-71 <i>№64</i>
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-462, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-270, Mg-66, Fe-2	61-57
<u>Обед</u>			
60	<b>Салат студенческий</b> <i>Картофель. Морковь. Зелень свежая. Яйца куриные. Масло подсолнечное. Цп. 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	17-97 <i>№76</i>
200	<b>Суп картофельный с рыбными консервами</b> <i>Картофель. Крупа рисовая. Лук репчатый. Морковь. Масло сливочное обогатненное. Консервы рыбные. Соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-197, Бел-4, Жир-3, Угл-13, Са-139	23-41 <i>№92</i>
70	<b>Котлета Особая</b> <i>Свинина. Лук репчатый. Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шип уаке. Сахар пшеничный. Соль поваренная 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 <i>№245</i>
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>Картофель. Молоко ультрапастеризованное обогатненное в шип уаке. Соль поваренная 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 <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	4-44 <i>№16</i>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>№84</i>
30	<b>хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>№43</i>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-771, Бел-23, Жир-22, Угл-117, А-66, С-40, Е-4, Са-273, Mg-110, Fe-6	118-88
<u>Полдник</u>			
шт	<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	41-58
<b>Итого за</b>		кКал-1311, Бел-35, Жир-34, Угл-216, А-130, С-63, Е-5, Са-567, Mg-190, Fe-11	222-03

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

Директор \_\_\_\_\_ *О.А. Моговилова* О.А. Моговилова