

Средняя школа Пижанка (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 пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшеничная шлифованная. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке. Сахар-песок. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия. Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	19-06 <i>✓36</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			33-63
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом <i>Капуста белокачанная. Морковь. Масло подсолнечное ДП. Сахар-песок. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6, С-23, Е-2, Са-29, Mg-12	10-97 <i>✓108</i>
200	Суп-пюре из картофеля <i>Картофель. Морковь. Мука пшеничная в с обогащенная. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке. Масло сливочное обогащенное. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия. Мясо цыплят-бройлеров I категории тушки</i>	кКал-73, Бел-2, Жир-3, Угл-10, А-16, С-10, Са-53, Mg-19, Fe-1	24-64 <i>✓196</i>
70	Биточки (котлеты) из мяса кур <i>Грубка цыплят-бройлеров I категории замороженное. Хлеб пшеничный. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке. Мука пшеничная в с обогащенная. Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-211, Бел-14, Жир-12, Угл-12, Са-34, Fe-1	32-36 <i>✓89</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	9-36 <i>✓11</i>
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогащенное. Мука пшеничная в с обогащенная. Томат-паста. Морковь. Лук репчатый. Сахар-песок. Соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-21 <i>✓86</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>
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61 <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			93-44
Итого за			127-07

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

Директор _____

О.А.Мотовилова

Средняя школа Пижжанка (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 остеклый</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 пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшено засифованное. Молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 раз. 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	19-06 <i>36</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		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-63
Итого за		кКал-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-63

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

Директор _____ О.А.Мотовилова

Интернат (Интернат 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-твердый детский</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 пшеничная молочная с маслом сливочным <i>Крупа пшено шлифованное, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в литоупаке, Сахар-песок, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-246, Бел-7, Жир-9, Угл-34, А-62, Са-125, Mg-43, Fe-1	19-06 <i>136</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-475, Бел-15, Жир-13, Угл-77, А-81, Е-1, Са-278, Mg-72, Fe-3	33-63
Обед			
60	Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом	кКал-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6, С-23, Е-2, Са-29, Mg-12	10-97 <i>108</i>
200	Суп-пюре из картофеля <i>Картофель, Морковь, Мука пшеничная в с обогащенная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в литоупаке, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия, Мисо пшенично-бройлеров 1 категории туника</i>	кКал-73, Бел-2, Жир-3, Угл-10, А-16, С-10, Са-53, Mg-19, Fe-1	24-64 <i>196</i>
70	Биточки (котлеты) из мяса кур <i>Грудинка пшенично-бройлеров 1 категории замороженное, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в литоупаке, Мука пшеничная в с обогащенная, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-211, Бел-14, Жир-12, Угл-12, Са-34, Fe-1	32-36 <i>79</i>
150	Изделия макаронные группы А отварные <i>Макаронны 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	9-36 <i>11</i>
30	Соус красный основной <i>Масло сливочное обогащенное, Мука пшеничная в с обогащенная, 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	2-21 <i>86</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>139</i>
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61 <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-994, Бел-32, Жир-27, Угл-155, А-57, С-39, Е-12, Са-177, Mg-86, Fe-7	93-44
Полдник			
50	Булочка Ласка	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2 <i>241</i>
Итого за Полдник		кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	13-2
Ужин			
250	Жаркое по- домашнему <i>Свинина, Картофель, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста, Соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-434, Бел-20, Жир-22, Угл-40, С-50, Е-4, Са-46, Mg-76, Fe-5	75-21 <i>10018</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>
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	2-61 <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-744, Бел-28, Жир-23, Угл-109, А-1, С-50, Е-5, Са-86, Mg-119, Fe-9	83-07
Полдник2			
200	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	31-52 <i>140</i>
Итого за Полдник2		кКал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-29	31-52
Итого за		кКал-2551, Бел-85, Жир-72, Угл-396, А-139, С-91, Е-19, Са-547, Mg-282, Fe-19	254-86

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Мотовилова А.И.

Директор

О.А.Мотовилова