

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 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>229</i>
200	Каша рисовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино 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	29-85 <i>118</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, Сахар-песок</i>	кКал-107, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-127, Mg-15	15-31 <i>169</i>
Итого за Завтрак		кКал-462, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-270, Mg-66, Fe-2	60-92
<u>Обед</u>			
60	Салат студенческий <i>Картофель, Морковь, Зеленый горошек, Яйцо 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	17-61 <i>176</i>
200	Суп картофельный с рыбными консервами <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	22-04 <i>225</i>
70	Комплета Особая <i>Сметана, Лук репчатый, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, Сухари панировочные, 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	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино 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	31-76 <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	4-44 <i>116</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>184</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>143</i>
Итого за Обед		кКал-771, Бел-23, Жир-22, Угл-117, А-66, С-40, Е-4, Са-273, Mg-110, Fe-6	117-15
Итого за		кКал-1 233, Бел-34, Жир-33, Угл-195, А-130, С-48, Е-5, Са-543, Mg-176, Fe-8	178-07

08.04.2022

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	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	15-76 <i>229</i>
200	Каша рисовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино 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	29-85 <i>118</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, Сахар-песок</i>	кКал-107, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-127, Mg-15	15-31 <i>169</i>
Итого за Завтрак		кКал-462, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-270, Mg-66, Fe-2	60-92
Итого за		кКал-462, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-270, Mg-66, Fe-2	60-92

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

Директор *Бухарин* 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 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	15-76 <i>129</i>
200	Каша рисовая молочная с маслом сливочным <i>Крупа рисовая, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид 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	29-85 <i>1118</i>
200	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид упак, Сахар-песок</i>	кКал-107, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-127, Mg-15	15-31 <i>164</i>
Итого за Завтрак		кКал-462, Бел-11, Жир-11, Угл-78, А-64, С-8, Е-1, Са-270, Mg-66, Fe-2	60-92
<u>Обед</u>			
60	Салат студенческий <i>Картофель, Морковь, Зеленый горошек, Яйцо 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	17-61 <i>176</i>
200	Суп картофельный с рыбными консервами 250г <i>Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное обогащенное, Консервы рыбные, Пудра ванильная</i>	кКал-110, Бел-5, Жир-3, Угл-14, Са-144	22,04 <i>1295</i>
70	Котлета Особая <i>Свинина, Лук репчатый, Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид упак, Сахари патированные, 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>1245</i>
150	Картофельное пюре <i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид 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	31-76 <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	4-44 <i>116</i>
25	Хлеб пшеничный	кКал-163, Бел-5, Жир-1, Угл-34, Е-1, Са-16, Mg-23, Fe-1	2-51 <i>148</i>
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39 <i>144</i>
Итого за Обед		кКал-774, Бел-24, Жир-22, Угл-118, А-66, С-40, Е-4, Са-278, Mg-110, Fe-6	117-15
<u>Полдник</u>			
140	Яблоки (шт.)	кКал-73, Бел-1, Жир-1, Угл-19, С-14, Са-22, Mg-13, Fe-3	38-81
Итого за Полдник		кКал-73, Бел-1, Жир-1, Угл-19, С-14, Са-22, Mg-13, Fe-3	38-81
Итого за		кКал-1309, Бел-36, Жир-34, Угл-215, А-130, С-62, Е-5, Са-570, Mg-189, Fe-11	216-88

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

Директор *Бухарин* О.А. Мотовилова