

КОГОбУ СШ с УИОП п. Пижанка интернат

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 <small>хлеб пшеничный, сыр-твердый остекший</small>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	14-00
250	Каша молочная "Дружба" <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 упак, крупа пшено шлифованное, крупа рисовая, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-315, Бел-8, Жир-12, Угл-44, А-72, С-2, Са-172, Mg-50, Fe-1	33-75
200	Какао с молоком <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 упак, сахар-песок, какао-порошок обогащенный от</small>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	17-78
60	Хлеб пшеничный	кКал-392, Бел-13, Жир-2, Угл-81, Е-2, Са-38, Mg-55, Fe-3	6-00
Итого за Завтрак		кКал-1 033, Бел-32, Жир-21, Угл-179, А-110, С-8, Е-3, Са-491, Mg-143, Fe-5	71-53
<u>Обед</u>			
60	Салат студенческий <small>картофель, морковь, капуста, лук репчатый, жирное столовое масло пожелтительное от, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-94, Бел-2, Жир-7, Угл-5, А-23, С-6, Е-3, Са-15, Mg-13, Fe-1	17-97
250	Рассольник со сметаной <small>картофель, курица консервированная, мясо телятин-бройлера 1 категории тушка, морковь, сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло пожелтительное от, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-93, Бел-2, Жир-4, Угл-13, А-6, С-12, Е-1, Са-32, Mg-22, Fe-1	27-92
110	Котлета Особая с соусом 60/40 <small>свинина, хлеб пшеничный, лук репчатый, молоко ультрапастеризованное обогащенное в 100 упак, курица панированная, масло пожелтительное от, морковь, мука пшеничная и с добавлением витаминов, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок</small>	кКал-109, Бел-7, Жир-5, Угл-8, А-2, С-2, Са-32, Mg-19, Fe-1	37-91
150	Каша рисовая рассыпчатая л <small>крупа рисовая, масло пожелтительное от, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-206, Бел-4, Жир-4, Угл-39, А-24, Са-13, Mg-28, Fe-1	14-96
200	Компот из плодов свежих (яблоки) <small>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</small>	кКал-115, Угл-28, С-4, Са-15, Mg-5, Fe-1	10-72
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
Итого за Обед		кКал-866, Бел-23, Жир-21, Угл-144, А-55, С-24, Е-5, Са-132, Mg-124, Fe-8	114-87
<u>Полдник</u>			
50	Витушка с маком		15-32
Итого за Полдник			15-32
<u>Ужин</u>			
200	Плов из свинины <small>свинина, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, мясо пожелтительное от, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-385, Бел-16, Жир-19, Угл-38, С-2, Е-4, Са-29, Mg-50, Fe-3	63-00
200	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимонный чай зеленый</small>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
Итого за Ужин		кКал-698, Бел-87, Жир-20, Угл-104, А-1, С-5, Е-5, Са-71, Mg-94, Fe-7	76-71
<u>Ужин 2</u>			
250	Йогурт славянский жирн. 2,5%	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-48
Итого за Ужин 2		кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-48
Итого за день		кКал-2 827, Бел-150, Жир-68, Угл-463, А-166, С-37, Е-13, Са-694, Mg-361, Fe-20	320-91

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами _____ Самохвал Г.М.

Директор _____ О.А.Мотовилова

КОГОбУ СШ с УИОП п. Пижаанка 12 лет

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-твердой выдержки</i>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	14-00
250	Каша молочная "Друзьба" <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке, крупа пшено шлифованное, крупа рисовая, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-315, Бел-8, Жир-12, Угл-44, А-72, С-2, Са-172, Mg-50, Fe-1	33-75
200	Какао с молоком <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке, сахар-песок, какао-порошок обогащенный от</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	17-78
60	Хлеб пшеничный	кКал-392, Бел-13, Жир-2, Угл-81, Е-2, Са-38, Mg-55, Fe-3	6-00
Итого за Завтрак		кКал-1 033, Бел-32, Жир-21, Угл-179, А-110, С-8, Е-3, Са-491, Mg-143, Fe-5	71-53
<u>Обед</u>			
60	Салат студенческий <i>картофель, морковь, зеленый горошек, яйцо столовое, масло подсолнечное от, 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
250	Рассольник со сметаной <i>картофель, огурцы консервированные, мясо говядины-бройлеров 1 категории тушка, морковь, сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло подсолнечное от, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-93, Бел-2, Жир-4, Угл-13, А-6, С-12, Е-1, Са-32, Mg-22, Fe-1	27-92
110	Котлета Особая с соусом 60/40 <i>говядина, лук, хлеб пшеничный, лук репчатый, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке, сахар пшеничный, масло подсолнечное от, морковь, мука пшеничная в с обогащенная, томат-паста, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок</i>	кКал-109, Бел-7, Жир-5, Угл-8, А-2, С-2, Са-32, Mg-19, Fe-1	37-91
150	Каша рисовая рассыпчатая л <i>крупа рисовая, масло подсолнечное от, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-206, Бел-4, Жир-4, Угл-39, А-24, Са-13, Mg-28, Fe-1	14-96
200	Компот из плодов свежих (яблоки) <i>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</i>	кКал-115, Угл-28, С-4, Са-15, Mg-5, Fe-1	10-72
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	Хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
Итого за Обед		кКал-866, Бел-23, Жир-21, Угл-144, А-55, С-24, Е-5, Са-132, Mg-124, Fe-8	114-87
Итого за день		кКал-1 899, Бел-55, Жир-42, Угл-323, А-165, С-32, Е-8, Са-623, Mg-267, Fe-13	186-40

КОГОбУ СШ с УИОП п. Пижаанка 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
60	Салат студенческий <i>картофель, морковь, зеленый горошек, яйцо столовое, масло подсолнечное от, 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
100	Котлета Особая с соусом 60/40 <i>говядина, лук, хлеб пшеничный, лук репчатый, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке, сахар пшеничный, масло подсолнечное от, морковь, мука пшеничная в с обогащенная, томат-паста, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок</i>	кКал-99, Бел-7, Жир-5, Угл-7, А-2, С-2, Са-29, Mg-17, Fe-1	34-46
150	Каша рисовая рассыпчатая л <i>крупа рисовая, масло подсолнечное от, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-206, Бел-4, Жир-4, Угл-39, А-24, Са-13, Mg-28, Fe-1	14-96
200	Компот из изюма <i>сахар-песок, изюм</i>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	8-20
30	Хлеб пшеничный	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	Хлеб ржано-пшеничный	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
Итого за Завтрак		кКал-731, Бел-21, Жир-17, Угл-122, А-49, С-8, Е-4, Са-103, Mg-104, Fe-6	80-98
Итого за день		кКал-731, Бел-21, Жир-17, Угл-122, А-49, С-8, Е-4, Са-103, Mg-104, Fe-6	80-98

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами _____ Самохвал Г.М.

Директор _____ О.А.Моговолова

14.09.2022

КОГОБУ СШ с УИОП п. Пижанка 12 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Яйцо отварное (№ рецептуры 177)	кКал-63, Бел-5, Жир-5, А-100, Са-22, Mg-5, Fe-1	14-85
250	Суп молочный с лапшой (№ рецептуры 112)	кКал-151, Бел-6, Жир-6, Уг-20, А-30, С-1, Са-136, Mg-18	29-19
<i>пшеница с отрубями, куриные яйца, картофель, лук, морковь, свекла, сливочное масло, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>			
60	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-392, Бел-13, Жир-2, Уг-81, F-2, Са-38, Mg-55, Fe-3	6-00
200	Кофейный напиток с молоком (№ рецептуры 164)	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Уг-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-54
<i>молоко, сахарная пудра, сливки, обезжиренное молоко, сахар-песок, кофейный напиток, обезжиренный</i>			
550	Итого за Завтрак	кКал-712, Бел-27, Жир-16, Уг-117, А-150, С-8, F-2, Са-321, Mg-93, Fe-4	65-58
<u>Обед</u>			
30	Помидоры свежие (гарнировка) (№ рецептуры 202)	кКал-41, Бел-2, Уг-7, С-43, E-1, Са-14, Mg-35, Fe-2	9-90
250	Борщ со сметаной (№ рецептуры 114)	кКал-117, Бел-2, Жир-6, Уг-14, А-6, С-26, E-2, Са-55, Mg-25, Fe-1	28-08
<i>пшеница, капуста, свекла, морковь, картофель, лук, репчатый, чеснок, 15%, сметана, яйца, масло подсолнечное, соль поваренная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, сливочное масло</i>			
250	Плов из мяса кур л (№ рецептуры 159)	кКал-324, Бел-17, Жир-15, Уг-30, А-31, С-3, E-1, Са-24, Mg-41, Fe-2	63-03
<i>куриное мясо, гречка, картофель, морковь, лук, репчатый, морковь, масло подсолнечное, яйца, помидоры, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>			
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16)	кКал-61, Уг-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
<i>сахар-песок, чай зеленый</i>			
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Уг-40, F-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	Хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-53, Бел-1, Уг-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
820	Итого за Обед	кКал-792, Бел-29, Жир-22, Уг-120, А-38, С-72, F-5, Са-143, Mg-144, Fe-9	110-84
	Итого за день	кКал-1504, Бел-56, Жир-38, Уг-237, А-188, С-80, F-7, Са-464, Mg-237, Fe-13	176-42

14.09.2022

Пижанская СОШ (Пижанская СОШ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Яйцо отварное (№ рецептуры 177)	кКал-63, Бел-5, Жир-5, А-100, Са-22, Mg-5, Fe-1	14-85
250	Суп молочный с лапшой (№ рецептуры 112)	кКал-151, Бел-6, Жир-6, Уг-20, А-30, С-1, Са-136, Mg-18	29-19
<i>пшеница с отрубями, куриные яйца, картофель, лук, морковь, свекла, сливочное масло, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>			
60	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-392, Бел-13, Жир-2, Уг-81, F-2, Са-38, Mg-55, Fe-3	6-00
200	Кофейный напиток с молоком (№ рецептуры 164)	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Уг-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	15-54
<i>молоко, сахарная пудра, сливки, обезжиренное молоко, сахар-песок, кофейный напиток, обезжиренный</i>			
550	Итого за Завтрак	кКал-712, Бел-27, Жир-16, Уг-117, А-150, С-8, F-2, Са-321, Mg-93, Fe-4	65-58
	Итого за день	кКал-712, Бел-27, Жир-16, Уг-117, А-150, С-8, F-2, Са-321, Mg-93, Fe-4	65-58

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

 .Директор _____ О.А.Мотовилова

КОГОВУ СШ с УИОП п. Пижжанка 12 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эи, цен, (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <small>хлеб пшеничный, сыр и твердый сырки</small>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Уг-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	14-00
250	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 62,01) <small>молочная каша пшеничная, сливочное масло, сахар-песок, масло сливочное, соль, поджаренная с поджаренным содержанием сахара</small>	кКал-274, Бел-8, Жир-8, Уг-142, А-50, С-1, Е-1, Са-170, Mg-40, Fe-1	28-20
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <small>чай, лимон, сахар-песок</small>	кКал-64, Бел-63, Уг-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
60	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184) <small>хлеб пшеничный</small>	кКал-392, Бел-13, Жир-2, Уг-81, Е-2, Са-38, Mg-55, Fe-3	6-00
550	Итого за Завтрак	кКал-898, Бел-92, Жир-14, Уг-163, А-49, С-4, Е-4, Са-364, Mg-125, Fe-6	56-52
<u>Обед</u>			
60	Салат "Степной" (№ рецептуры 243) <small>картофель, курица консервированная, лук репчатый, морковь, сельдерей, чеснок, майонез, соль, поджаренная с поджаренным содержанием сахара</small>	кКал-96, Бел-1, Жир-8, Уг-5, С-6, Е-4, Са-14, Mg-13	16-23
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <small>картофель, макароны, лук, морковь, сливочное масло, капуста, чеснок, соль, поджаренная с поджаренным содержанием сахара, морковь, лук репчатый, майонез, сливочное масло</small>	кКал-118, Бел-5, Жир-4, Уг-17, А-5, С-8, Е-3, Са-24, Mg-17, Fe-1	23-85
100	Гуляши из свинины (№ рецептуры 156,01) <small>свинина, лук репчатый, майонез, сливочное масло, морковь, чеснок, соль, поджаренная с поджаренным содержанием сахара</small>	кКал-187, Бел-14, Жир-13, Уг-3, Са-8, Mg-18, Fe-2	55-66
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макароны, лук, майонез, сливочное масло, соль, поджаренная с поджаренным содержанием сахара</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Уг-43, А-35, Е-9, Са-17, Mg-10, Fe-1	11-28
200	Компот из сухофруктов (№ рецептуры 81) <small>сахар-песок, кориандр, лимон</small>	кКал-72, Бел-1, Уг-18, С-50, Са-14, Mg-2	7-08
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184) <small>хлеб пшеничный</small>	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Уг-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143) <small>хлеб ржано-пшеничный</small>	кКал-53, Бел-1, Уг-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
820	Итого за Обед	кКал-974, Бел-36, Жир-32, Уг-137, А-40, С-64, Е-17, Са-102, Mg-97, Fe-7	119-49
	Итого за день	кКал-1872, Бел-128, Жир-46, Уг-300, А-109, С-68, Е-21, Са-465, Mg-222, Fe-13	176-01

КОГОВУ СШ с УИОП п. Пижжанка 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эи, цен, (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <small>хлеб пшеничный, сыр и твердый сырки</small>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Уг-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	14-00
230	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 62,01) <small>молочная каша пшеничная, сливочное масло, сахар-песок, масло сливочное, соль, поджаренная с поджаренным содержанием сахара</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-7, Уг-39, А-46, С-1, Е-1, Са-156, Mg-37, Fe-1	26-75
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <small>чай, лимон, сахар-песок</small>	кКал-64, Бел-63, Уг-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184) <small>хлеб пшеничный</small>	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Уг-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
500	Итого за Завтрак	кКал-680, Бел-85, Жир-12, Уг-119, А-65, С-4, Е-3, Са-330, Mg-95, Fe-5	52-07
	Итого за день	кКал-680, Бел-85, Жир-12, Уг-119, А-65, С-4, Е-3, Са-330, Mg-95, Fe-5	52-07

Все блюда приготавливаются в соответствии с технологическими картами

Директор



Самойлов Г.М.

О.А. Мотовилова

КОГОБУ СШ с УИОП п. Пижанка интернат

Выход (г)	Наименование блюда	н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
40	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <small>Хлеб с сыром, яйцо, творог, сметана.</small>	нКал-168, Бел-8, Жир-4, Уг-1-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	14-00
250	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 62,01) <small>Мука пшеничная высшего сорта, молоко, масло сливочное, сахар, соль.</small>	нКал-274, Бел-8, Жир-8, Уг-1-42, А-50, С-1, Е-1, Са-170, Mg-40, Fe-1	28-20
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <small>Сахар, лимон, чай зеленый.</small>	нКал-64, Бел-63, Уг-1-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
60	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	нКал-292, Бел-13, Жир-2, Уг-1-81, F-2, Са-38, Mg-55, Fe-3	6-00
550	Итого за Завтрак	нКал-898, Бел-92, Жир-14, Уг-1-163, А-69, С-4, F-4, Са-363, Mg-125, Fe-6	56-52
Обед			
60	Салат "Степной" (№ рецептуры 243) <small>Картофель, сухари, консервированные помидоры, морковь, белая капуста, чеснок, растительное масло, майонез, лук, яйца.</small>	нКал-96, Бел-1, Жир-8, Уг-1-5, С-6, Е-4, Са-14, Mg-13	16-23
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <small>Картофель, лук, морковь, капуста, макароны, соль, растительное масло, сливочное масло, сметана, сливки.</small>	нКал-118, Бел-5, Жир-4, Уг-1-17, А-5, С-8, Е-3, Са-24, Mg-17, Fe-1	23-85
100	Гуляш из свинины (№ рецептуры 156,01) <small>Свиное туше, лук, морковь, растительное масло, специи.</small>	нКал-187, Бел-14, Жир-13, Уг-1-3, Са-8, Mg-18, Fe-2	55-66
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>Макароны, лук, чеснок, сливочное масло, растительное масло, сметана, сливки.</small>	нКал-252, Бел-7, Жир-6, Уг-1-43, А-35, Е-9, Са-17, Mg-10, Fe-1	11-28
200	Компот из сухофруктов (№ рецептуры 81) <small>Сухофрукты, сахар, вода.</small>	нКал-72, Бел-1, Уг-1-18, С-50, Са-14, Mg-2	7-08
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	нКал-196, Бел-7, Жир-1, Уг-1-40, F-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	Хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	нКал-53, Бел-1, Уг-1-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
820	Итого за Обед	нКал-974, Бел-36, Жир-32, Уг-1-137, А-40, С-64, F-17, Са-102, Mg-97, Fe-7	119-49
Полдник			
100	Вафли с молочно-жировой начинкой обогащенные для детского питания (№ рецептуры 7) <small>Мука, молоко, сливочное масло, сахар, яйца.</small>	нКал-361, Бел-3, Жир-20, Уг-1-42, А-4, F-3, Са-5, Mg-4	30-53
100	Итого за Полдник	нКал-361, Бел-3, Жир-20, Уг-1-42, А-4, F-3, Са-5, Mg-4	30-53
Ужин			
200	Нельмени н/ф готовый (№ рецептуры 53) <small>Нельмени, лук, чеснок, растительное масло, сливочное масло, сметана, сливки.</small>	нКал-517, Бел-20, Жир-36, Уг-1-30, А-54, Са-57, Mg-31, Fe-3	98-96
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>Сахар, чай зеленый.</small>	нКал-61, Уг-1-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	нКал-196, Бел-7, Жир-1, Уг-1-40, F-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	Хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	нКал-53, Бел-1, Уг-1-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
460	Итого за Ужин 1	нКал-827, Бел-28, Жир-37, Уг-1-99, А-55, Е-1, Са-97, Mg-74, Fe-7	108-79
Ужин 2			
250	Йогурт славянский жири. 2,5% (№ рецептуры 40)	нКал-230, Бел-8, Жир-6, Уг-1-36	42-48
250	Итого за Ужин 2	нКал-230, Бел-8, Жир-6, Уг-1-36	42-48
Итого за день			
		нКал-3-290, Бел-167, Жир-109, Уг-1-477, А-168, С-68, F-25, Са-567, Mg-300, Fe-20	357-81

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами _____ Амова И. М.

Директор _____ О.А. Мотвилева