







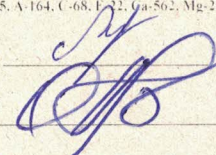


## КОГОбУ СШ с УИОП п. Пижжанка интернат

Выход (г)	Наименование блюда	эн. ценг. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170)</b> <small>хлеб пшеничный, сыр п-тертый детский</small>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	14-00
250	<b>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 62,01)</b> <small>пшеница ультрапастеризованная обогащенная в виде хлопьев, крупа пшеничная, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-274, Бел-8, Жир-8, Угл-42, А-50, С-1, Е-1, Са-170, Mg-40, Fe-1	26-57
200	<b>Чай с лимоном (№ рецептуры 186)</b> <small>сахар-песок, лимонный концентрат</small>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
60	<b>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</b>	кКал-145, Бел-5, Жир-1, Угл-29, Е-2, Са-38, Mg-55, Fe-3	6-00
550	<b>Итого за Завтрак</b>	кКал-651, Бел-84, Жир-13, Угл-111, А-69, С-4, Е-4, Са-363, Mg-125, Fe-6	54-89
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Степной" (№ рецептуры 243)</b> <small>сметана, курица консервированная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-96, Бел-1, Жир-8, Угл-5, С-6, Е-4, Са-14, Mg-13	16-23
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78)</b> <small>картофель, макароны сорта мажоранта (тип-бройлеры) категории тушка, соль поваренная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное</small>	кКал-118, Бел-5, Жир-4, Угл-17, А-5, С-8, Е-3, Са-24, Mg-17, Fe-1	13-85
100	<b>Гуляши из свинины (№ рецептуры 156,01)</b> <small>свинина туз. репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томат-паста, мука пшеничная в/с обогащенная, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-187, Бел-14, Жир-13, Угл-3, Са-8, Mg-18, Fe-2	55-66
150	<b>Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1)</b> <small>макаронные сорта мажоранта (тип-бройлеры) категории тушка, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Е-9, Са-17, Mg-10, Fe-1	11-28
200	<b>Компот из сухофруктов (№ рецептуры 81)</b> <small>сахар-песок, лимонная смесь</small>	кКал-72, Бел-1, Угл-18, С-50, Са-14, Mg-2	6-39
30	<b>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</b>	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	<b>хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)</b>	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
820	<b>Итого за Обед</b>	кКал-859, Бел-32, Жир-31, Угл-113, А-40, С-64, Е-17, Са-102, Mg-97, Fe-7	108-80
<b>Полдник</b>			
50	<b>Витушка с маком (№ рецептуры 171)</b>		15-32
50	<b>Итого за Полдник</b>		15-32
<b>Ужин</b>			
200	<b>Пельмени п/ф готовый (№ рецептуры 53)</b> <small>пшеница, сырода 15%, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-517, Бел-20, Жир-36, Угл-30, А-54, Са-57, Mg-31, Fe-3	98-96
200	<b>Чай с сахаром (№ рецептуры 16)</b> <small>сахар-песок, лимонный</small>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	<b>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</b>	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	<b>хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)</b>	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
460	<b>Итого за Ужин</b>	кКал-712, Бел-24, Жир-36, Угл-75, А-55, Е-1, Са-97, Mg-74, Fe-7	108-79
<b>Ужин 2</b>			
250	<b>Йогурт славянский жирн. 2,5% (№ рецептуры 40)</b>	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-48
250	<b>Итого за Ужин 2</b>	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-48
<b>Итого за день</b>			330-28

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

Директор \_\_\_\_\_ О.А. Мотовилова





## 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	<i>Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170)</i> <small>хлеб пшеничный, сыр пастеризованный</small>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	14-00
250	<i>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 62,01)</i> <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в виде утка, крупа пшеничная, сахар-песок, масло сливочное обезжиренное, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-274, Бел-8, Жир-8, Угл-42, А-50, С-1, Е-1, Са-170, Mg-40, Fe-1	26-57
200	<i>Чай с лимоном (№ рецептуры 186)</i> <small>сахар-песок, лимон, чай черный</small>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
60	<i>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</i>	кКал-145, Бел-5, Жир-1, Угл-29, Е-2, Са-38, Mg-55, Fe-3	6-00
550	<b>Итого за Завтрак</b>	кКал-651, Бел-84, Жир-13, Угл-111, А-69, С-4, Е-4, Са-363, Mg-125, Fe-6	54-89
<u>Обед</u>			
60	<i>Салат "Степной" (№ рецептуры 243)</i> <small>салатный, морковь консервированная, лук репчатый, морковь, капуста, горошек, майонез, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-96, Бел-1, Жир-8, Угл-5, С-6, Е-4, Са-14, Mg-13	16-23
250	<i>Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78)</i> <small>салатный, картофель, масло сливочное, лук репчатый, капуста, морковь, тунец, соль поваренная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, майонез консервированный</small>	кКал-118, Бел-5, Жир-4, Угл-17, А-5, С-8, Е-3, Са-24, Mg-17, Fe-1	13-85
100	<i>Гуляш из свинины (№ рецептуры 156,01)</i> <small>салатный, лук репчатый, майонез, стейк от телят-паста, крупа пшеничная с оболочкой, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-187, Бел-14, Жир-13, Угл-3, Са-8, Mg-18, Fe-2	55-66
150	<i>Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1)</i> <small>макаронные, масло сливочное обезжиренное, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Е-9, Са-17, Mg-10, Fe-1	11-28
200	<i>Компот из сухофруктов (№ рецептуры 81)</i> <small>сахар-песок, козметная смесь</small>	кКал-72, Бел-1, Угл-18, С-50, Са-14, Mg-2	6-39
30	<i>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</i>	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	<i>хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)</i>	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
820	<b>Итого за Обед</b>	кКал-859, Бел-32, Жир-31, Угл-113, А-40, С-64, Е-17, Са-102, Mg-97, Fe-7	108-80
	<b>Итого за день</b>	кКал-1510, Бел-116, Жир-44, Угл-224, А-109, С-68, Е-21, Са-465, Mg-222, Fe-13	163-69

## КОГОбУ СШ с УИОП п. Пижанка 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	<i>Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170)</i> <small>хлеб пшеничный, сыр пастеризованный</small>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Е-1, Са-138, Mg-23, Fe-1	14-00
230	<i>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 62,01)</i> <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в виде утка, крупа пшеничная, сахар-песок, масло сливочное обезжиренное, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-7, Угл-39, А-46, С-1, Е-1, Са-156, Mg-37, Fe-1	24-68
200	<i>Чай с лимоном (№ рецептуры 186)</i> <small>сахар-песок, лимон, чай черный</small>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
30	<i>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</i>	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
500	<b>Итого за Завтрак</b>	кКал-557, Бел-80, Жир-11, Угл-94, А-65, С-4, Е-3, Са-330, Mg-95, Fe-5	50-00
	<b>Итого за день</b>	кКал-557, Бел-80, Жир-11, Угл-94, А-65, С-4, Е-3, Са-330, Mg-95, Fe-5	50-00

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

Директор \_\_\_\_\_ О.А. Мотовилова