

## КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка интернат

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u><b>Завтрак</b></u>			
40	<b>Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170)</b> <small>хлеб пшеничный, сыр п-творожный овсяный</small>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25	14-00
250	<b>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 36)</b> <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в и/и упаковке, крупа пшеница шлифованная, сахар-песок, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-307, Бел-9, Жир-11, Угл-42	25-22
200	<b>Какао с молоком (№ рецептуры 83)</b> <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в и/и упаковке, сахар-песок, какао-порошок обезжиренный, сливки</small>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29	17-78
30	<b>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</b>	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
520	<b>Итого за Завтрак</b>	кКал-706, Бел-22, Жир-18, Угл-111	60-00
<u><b>Обед</b></u>			
30	<b>Помидоры свежие (№ рецептуры 202)</b>	кКал-21, Бел-1, Угл-3	9-90
250	<b>Суп-пюре из картофеля (№ рецептуры 196)</b> <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обезжиренное в и/и упаковке, масло сливочное-бродерлен I категории, мука пшеничная с пониженным содержанием натрия, морковь, мука пшеничная в/с обезжиренная, масло сливочное обезжиренное</small>	кКал-175, Бел-6, Жир-8, Угл-20	34-20
100	<b>Биточки (котлеты) из мяса кур (№ рецептуры 79)</b> <small>грудинка цыплят-бройлеров I категории замороженное, молоко ультрапастеризованное обезжиренное в и/и упаковке, хлеб пшеничный, мука пшеничная в/с обезжиренная, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло подсолнечное рафинированное</small>	кКал-234, Бел-16, Жир-13, Угл-13	43-65
150	<b>Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1)</b> <small>макаронные изделия, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43	11-28
30	<b>Соус красный основной (№ рецептуры 86)</b> <small>морковь, мука пшеничная в/с обезжиренная, томат-паста, масло сливочное обезжиренное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2	2-66
200	<b>Компот из плодов свежих витаминизированный (№ рецептуры 39)</b> <small>сахар-песок, яблоки, клюква, лимонный сок</small>	кКал-115, Угл-28	7-44
30	<b>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</b>	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
30	<b>хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)</b>	кКал-61, Бел-2, Угл-12	2-39
820	<b>Итого за Обед</b>	кКал-948, Бел-34, Жир-28, Угл-136	114-52
<u><b>Полдник</b></u>			
50	<b>Печенье (готовый продукт промышленного производства) (№ рецептуры 139)</b>	кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33	18-15
50	<b>Итого за Полдник</b>	кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33	18-15
<u><b>Ужин</b></u>			
250	<b>Жаркое по-домашнему 200/50 (№ рецептуры 188)</b> <small>картофель свиная тушка репчатый лук масло подсолнечное рафинированное, томат-паста, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-434, Бел-20, Жир-22, Угл-40	75-27
200	<b>Чай с сахаром (№ рецептуры 16)</b> <small>сахар-песок, чай зеленый</small>	кКал-61, Угл-18	4-44
30	<b>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</b>	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
30	<b>хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)</b>	кКал-61, Бел-2, Угл-12	2-39
510	<b>Итого за Ужин</b>	кКал-629, Бел-24, Жир-22, Угл-85	85-10
<u><b>Ужин 2</b></u>			
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>		кКал-2738, Бел-98, Жир-80, Угл-401	320-25

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами



А.Н. Мотовилова

Директор

О.А. Мотовилова

**КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка 12 лет и старше**

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 сыром 30/10 (№ рецептуры 170)</b> <small>хлеб пшеничный, сыр п-тертый детский</small>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25	14-00
250	<b>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 36)</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упаковке, крупа пшено шлифованное, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-307, Бел-9, Жир-11, Угл-42	25-22
200	<b>Какао с молоком (№ рецептуры 83)</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упаковке, сахар-песок, какао-порошок обогащенный от</small>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29	17-78
30	<b>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</b>	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
520	<b>Итого за Завтрак</b>	кКал-706, Бел-22, Жир-18, Угл-111	60-00
<b>Обед</b>			
30	<b>Помидоры свежие (№ рецептуры 202)</b>	кКал-21, Бел-1, Угл-3	9-90
250	<b>Суп-пюре из картофеля (№ рецептуры 196)</b> <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упаковке, мясо цыплят-бройлеров I категории тушка, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, морковь, мука пшеничная в с обогащенная, масло сливочное обогащенное</small>	кКал-175, Бел-6, Жир-8, Угл-20	34-20
100	<b>Биточки (котлеты) из мяса кур (№ рецептуры 79)</b> <small>рублик цыплят-бройлеров I категории замороженное, молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упаковке, хлеб пшеничный, мука пшеничная в с обогащенная, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло подсолнечное от</small>	кКал-234, Бел-16, Жир-13, Угл-13	43-65
150	<b>Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1)</b> <small>макаронные изделия, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43	11-28
30	<b>Соус красный основной (№ рецептуры 86)</b> <small>перец острый, мука пшеничная в с обогащенная, томат-паста, масло сливочное обогащенное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2	2-66
200	<b>Компот из плодов свежих витаминизированный (№ рецептуры 39)</b> <small>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</small>	кКал-115, Угл-28	7-44
30	<b>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</b>	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
30	<b>хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)</b>	кКал-61, Бел-2, Угл-12	2-39
820	<b>Итого за Обед</b>	кКал-948, Бел-34, Жир-28, Угл-136	114-52
	<b>Итого за день</b>	кКал-1654, Бел-56, Жир-46, Угл-247	174-52

**КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка 7-11 лет**

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 сыром 30/10 (№ рецептуры 170)</b> <small>хлеб пшеничный, сыр п-тертый детский</small>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25	14-00
230	<b>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 36)</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упаковке, крупа пшено шлифованное, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-282, Бел-8, Жир-10, Угл-39	23-20
200	<b>Какао с молоком (№ рецептуры 83)</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упаковке, сахар-песок, какао-порошок обогащенный от</small>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29	17-78
30	<b>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</b>	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
500	<b>Итого за Завтрак</b>	кКал-681, Бел-21, Жир-17, Угл-108	57-98
	<b>Итого за день</b>	кКал-681, Бел-21, Жир-17, Угл-108	57-98

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Директор

А.Н. Мотовилова

О.А. Мотовилова