

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)
<u>Завтрак</u>			
50	Булочка Ласка (№ рецептуры 247)	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26	14-85
250	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 129)	кКал-281, Бел-8, Жир-11, Угл-37	24-18
<small>масло ультрапастеризованное обогащенное в шок-упак, крупа овсяная (геркулес), масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>			
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16)	кКал-61, Угл-18	4-44
<small>сахар-песок, чай черный</small>			
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
530	Итого за Завтрак	кКал-569, Бел-14, Жир-15, Угл-96	46-47
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной (№ рецептуры 135)	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4	14-94
<small>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста белокачанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное-от</small>			
250	Суп картофельный с рыбными консервами (№ рецептуры 131)	кКал-138, Бел-6, Жир-4, Угл-17	30-28
<small>картофель, консервы рыбные, лук репчатый, морковь, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, крупа рисовая, масло сливочное обогащенное</small>			
100	Наггетсы куриные (№ рецептуры 260)	кКал-305, Бел-17, Жир-20, Угл-16	56-29
<small>грушка цыплят-бройлеров I категории замороженное, курица пашировочные, яйцо столовое, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное-от, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>			
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1)	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43	11-28
<small>макаронные гр.а, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>			
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86)	кКал-17, Жир-1, Угл-2	2-66
<small>морковь, мука пшеничная в/с обогащенная, томат-паста, масло сливочное обогащенное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>			
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16)	кКал-61, Угл-18	4-44
<small>сахар-песок, чай черный</small>			
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12	2-39
850	Итого за Обед	кКал-985, Бел-35, Жир-37, Угл-127	125-28
	Итого за день	кКал-1 554, Бел-49, Жир-52, Угл-223	171-75

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка 7-11 лет

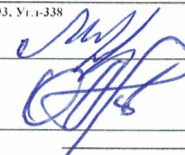
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16)	кКал-61, Угл-18	4-44
<small>сахар-песок, чай черный</small>			
60	Винегрет овощной (№ рецептуры 135)	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4	14-94
<small>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста белокачанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное-от</small>			
90	Кура отварная (№ рецептуры 117)	кКал-222, Бел-19, Жир-16	50-43
<small>грушка цыплят-бройлеров I категории замороженное, лук репчатый, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>			
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1)	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43	11-28
<small>макаронные гр.а, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>			
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12	2-39
530	Итого за Завтрак	кКал-674, Бел-29, Жир-28, Угл-77	83-48
	Итого за день	кКал-674, Бел-29, Жир-28, Угл-77	83-48

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

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка _____ О.А. Мотовилова

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижаанка интернат

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	Булочка Ласка (№ рецептуры 247)	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26	14-85
250	Каши геркулесовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 129)	кКал-281, Бел-8, Жир-11, Угл-37	24-18
<small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упаковке, крупа овсяная (геркулес), масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>			
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16)	кКал-61, Угл-18	4-44
<small>сахар-песок, чай черный</small>			
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
530	Итого за Завтрак	кКал-569, Бел-14, Жир-15, Угл-96	46-47
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной (№ рецептуры 135)	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4	14-94
<small>картофель, свекла, морковь консервированные, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное оп</small>			
250	Суп картофельный с рыбными консервами (№ рецептуры 131)	кКал-138, Бел-6, Жир-4, Угл-17	30-28
<small>картофель, консервы рыбные, лук репчатый, морковь, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, крупа рисовая, масло сливочное обогащенное</small>			
100	Наггетсы куриные (№ рецептуры 260)	кКал-305, Бел-17, Жир-20, Угл-16	56-29
<small>грудки цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, сухари панировочные, яйцо столовое, мука пшеничная в с обогащенная, масло подсолнечное оп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>			
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1)	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43	11-28
<small>макароны гр а, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>			
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86)	кКал-17, Жир-1, Угл-2	2-66
<small>морковь, мука пшеничная в с обогащенная, томат-паста, масло сливочное обогащенное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>			
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16)	кКал-61, Угл-18	4-44
<small>сахар-песок, чай черный</small>			
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12	2-39
850	Итого за Обед	кКал-985, Бел-35, Жир-37, Угл-127	125-28
<u>Полдник</u>			
50	Вафли с молочно-жировой начинкой обогащенные для детского питания (№ рецептуры 7)	кКал-181, Бел-1, Жир-10, Угл-21	30-52
50	Итого за Полдник	кКал-181, Бел-1, Жир-10, Угл-21	30-52
<u>Ужин</u>			
155	Омлет натуральный 150/5 (№ рецептуры 234)	кКал-307, Бел-16, Жир-25, Угл-3	63-73
<small>яйцо столовое, молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упаковке, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>			
200	Компот из плодов свежих (яблоки) (№ рецептуры 39)	кКал-115, Угл-28	7-87
<small>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</small>			
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12	2-39
415	Итого за Ужин	кКал-556, Бел-20, Жир-25, Угл-58	76-99
<u>Ужин 2</u>			
250	Йогурт славянский жирн. 2,5% (№ рецептуры 40)	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-48
250	Итого за Ужин 2	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-48
Итого за день			321-74

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

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижаанка  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)
Завтрак			
40	Батон с маслом 30/10 (№ рецептуры 29) <i>батон нарезной из муки 1 сорта, масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15	15-76
250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 117) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-346, Бел-8, Жир-9, Угл-58	37-62
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <i>сахар-песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15	8-32
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-561, Бел-75, Жир-10, Угл-103	64-70
Обед			
30	Капуста морская (гарнировка) (№ рецептуры 98)		11-88
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <i>картофель, макароны гр.о, мясо индейки-бройлера / категория туника, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное оп</i>	кКал-118, Бел-5, Жир-4, Угл-17	13-85
80	Рыба, тушеная с овощами (№ рецептуры 110) <i>рыба свежемороженой филе, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное оп, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-108, Бел-10, Жир-6, Угл-4	48-18
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-182, Бел-4, Жир-6, Угл-27	32-18
200	Компот из плодов свежих (яблоки) (№ рецептуры 39) <i>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</i>	кКал-115, Угл-28	7-87
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12	2-39
770	Итого за Обед	кКал-657, Бел-23, Жир-16, Угл-103	119-35
	Итого за день	кКал-1 218, Бел-98, Жир-26, Угл-206	184-05

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)
Завтрак			
40	Батон с маслом 30/10 (№ рецептуры 29) <i>батон нарезной из муки 1 сорта, масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15	15-76
230	Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 117) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шип упаковке, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-318, Бел-7, Жир-8, Угл-54	34-61
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <i>сахар-песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15	8-32
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
500	Итого за Завтрак	кКал-533, Бел-74, Жир-9, Угл-99	61-69
	Итого за день	кКал-533, Бел-74, Жир-9, Угл-99	61-69

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

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка  О.А. Мотовилова

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижаанка интернат

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 (№ рецептуры 29) <i>батон нарезной из муки I сорта, масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15	15-76
250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 117) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шюупак, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-346, Бел-8, Жир-9, Угл-58	37-62
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <i>сахар-песок, лимон, чай черный</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15	8-32
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-561, Бел-75, Жир-10, Угл-103	64-70
<u>Обед</u>			
30	Капуста морская (гарнировака) (№ рецептуры 98)		11-88
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <i>картофель, макаронные изделия, мясо цыплят-бройлеров I категории тушка, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное оп</i>	кКал-118, Бел-5, Жир-4, Угл-17	13-85
80	Рыба, тушеная с овощами (№ рецептуры 110) <i>рыба свежемороженая филе, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное оп, сахар-песок, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-108, Бел-10, Жир-6, Угл-4	48-18
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шюупак, масло сливочное обогащенное, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-182, Бел-4, Жир-6, Угл-27	32-18
200	Компот из плодов свежих (яблоку) (№ рецептуры 39) <i>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</i>	кКал-115, Угл-28	7-87
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12	2-39
770	Итого за Обед	кКал-657, Бел-23, Жир-16, Угл-103	119-35
<u>Полдник</u>			
200	Сок в ассортименте 0,2л (№ рецептуры 6)	кКал-92, Бел-1, Угл-20	28-87
200	Итого за Полдник	кКал-92, Бел-1, Угл-20	28-87
Итого за день			212-92

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

А.Н. Мотовилова

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижаанка

О.А. Мотовилова