

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)
Завтрак			
40	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <small>хлеб пшеничный, сыр твердый датский</small>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Са-138, Mg-23, Fe-1	14-00
250	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 36) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в шт упаковке, крупа пшеница шлифованная, сахар-песок, масло сливочное обезжиренное, соль поваренная с антикальцием содержащим шпатель</small>	кКал-307, Бел-9, Жир-11, Угл-42, А-77, Са-157, Mg-53, Fe-1	26-74
200	Какао с молоком (№ рецептуры 83) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в шт упаковке, сахар-песок, какао-порошок обезжиренный шп</small>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-29, С-6, Са-143, Mg-15	17-78
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-706, Бел-27, Жир-18, Угл-111, А-115, С-6, Са-457, Mg-119, Fe-4	61-52
Обед			
30	Помидоры свежие (№ рецептуры 202)	кКал-21, Бел-1, Угл-3, С-22, Са-12, Mg-17, Fe-1	9-90
250	Суп-пюре из картофеля (№ рецептуры 196) <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обезжиренное в шт упаковке, масло сливочное-Бродерер 1 категория мякоть, соль поваренная с антикальцием содержащим шпатель, морковь, мука пшеничная в с обезжиренной, масло сливочное обезжиренное</small>	кКал-175, Бел-6, Жир-8, Угл-20, А-42, С-19, Са-72, Mg-33, Fe-1	34-20
100	Биточки (комлеты) из мяса кур (№ рецептуры 79) <small>курица филе, яйцо-Бродерер 1 категория, мука пшеничная, молоко ультрапастеризованное обезжиренное в шт упаковке, хлеб пшеничный, мука пшеничная в с обезжиренной, соль поваренная с антикальцием содержащим шпатель, масло подсолнечное шп</small>	кКал-234, Бел-16, Жир-13, Угл-43, Са-38, Fe-1	43-65
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макаронные изделия, масло сливочное обезжиренное, соль поваренная с антикальцием содержащим шпатель</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Са-17, Mg-10, Fe-1	11-28
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, мука пшеничная в с обезжиренной, томатный-паста, масло сливочное обезжиренное, лук репчатый, сахар-песок, соль поваренная с антикальцием содержащим шпатель</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Компот из плодов свежих витаминизированный (№ рецептуры 39) <small>сахар-песок, яблоки, лимонный сок</small>	кКал-115, Угл-28, С-4, Са-15, Mg-5, Fe-1	7-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
820	Итого за Обед	кКал-948, Бел-34, Жир-28, Угл-136, А-83, С-46, Са-182, Mg-104, Fe-8	114-52
Полдник			
50	Печенье (готовый продукт промышленного производства) (№ рецептуры 139)	кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15
50	Итого за Полдник	кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15
Ужин			
250	Жаркое по-домашнему 200/50 (№ рецептуры 188) <small>картофель, капуста, лук репчатый, масло подсолнечное шп, томат-паста, соль поваренная с антикальцием содержащим шпатель</small>	кКал-434, Бел-20, Жир-22, Угл-40, С-50, Са-46, Mg-76, Fe-5	75-27
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
510	Итого за Ужин	кКал-629, Бел-24, Жир-22, Угл-85, А-1, С-50, Са-86, Mg-119, Fe-9	85-10
Ужин 2			
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		кКал-2738, Бел-98, Жир-80, Угл-401, А-199, С-130, Са-733, Mg-342, Fe-22	321-77

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

Директор КОГОБУ СШ с УИОП пгт. Пижаанка _____

О.А. Мотовилова

КОГОВУ 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	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <small>хлеб пшеничный, сыр п-творожный детский.</small>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Са-138, Mg-23, Fe-1	14-00
250	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 36) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в вид упаковки, крупа пшеница шлифованная, сахар-песок, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с антиоксидантом содержащийся натрий</small>	кКал-307, Бел-9, Жир-11, Угл-42, А-77, Са-157, Mg-53, Fe-1	26-74
200	Какао с молоком (№ рецептуры 83) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в вид упаковки, сахар-песок, какао-порошок обезжиренный, др</small>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	17-78
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-706, Бел-22, Жир-18, Угл-111, А-115, С-6, Са-157, Mg-119, Fe-4	61-52
Обед			
30	Помидоры свежие (№ рецептуры 202)	кКал-21, Бел-1, Угл-3, С-22, Са-12, Mg-17, Fe-1	9-90
250	Суп-пюре из картофеля (№ рецептуры 196) <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обезжиренное в вид упаковки, масло сливочное-бродерия 1 категории тухлая, соль йодированная с антиоксидантом содержащийся натрий, морковь, лук пшеничная в с оболочки, масло сливочное обезжиренное</small>	кКал-175, Бел-6, Жир-8, Угл-20, А-42, С-19, Са-72, Mg-33, Fe-1	34-20
100	Биточки (котлеты) из мяса кур (№ рецептуры 79) <small>свинина, курица-бройлеры 1 категории замороженные, молоко ультрапастеризованное обезжиренное в вид упаковки, хлеб пшеничный, цукки пшеничная в с оболочки, соль йодированная с антиоксидантом содержащийся натрий, масло подсолнечное др</small>	кКал-234, Бел-16, Жир-13, Угл-13, Са-38, Fe-1	43-65
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макаронные гр-ки, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с антиоксидантом содержащийся натрий</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Са-17, Mg-10, Fe-1	11-28
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, лук пшеничная в с оболочки, помидор-пюре, масло сливочное обезжиренное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с антиоксидантом содержащийся натрий</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Компот из плодов свежих витаминизированный (№ рецептуры 39) <small>сахар-песок, яблоки, киви, банан лимонный</small>	кКал-115, Угл-28, С-4, Са-15, Mg-5, Fe-1	7-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
820	Итого за Обед	кКал-948, Бел-34, Жир-28, Угл-136, А-83, С-46, Са-182, Mg-104, Fe-8	114-52
	Итого за день	кКал-1654, Бел-56, Жир-46, Угл-247, А-198, С-52, Са-639, Mg-223, Fe-12	176-04

КОГОВУ 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	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <small>хлеб пшеничный, сыр п-творожный детский</small>	кКал-168, Бел-8, Жир-4, Угл-25, А-18, Са-138, Mg-23, Fe-1	14-00
230	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 36) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в вид упаковки, крупа пшеница шлифованная, сахар-песок, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с антиоксидантом содержащийся натрий</small>	кКал-282, Бел-8, Жир-10, Угл-39, А-71, Са-144, Mg-49, Fe-1	24-60
200	Какао с молоком (№ рецептуры 83) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в вид упаковки, сахар-песок, какао-порошок обезжиренный, др</small>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	17-78
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
500	Итого за Завтрак	кКал-681, Бел-21, Жир-17, Угл-108, А-109, С-6, Са-444, Mg-115, Fe-4	59-38
	Итого за день	кКал-681, Бел-21, Жир-17, Угл-108, А-109, С-6, Са-444, Mg-115, Fe-4	59-38

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

Директор КОГОВУ СШ с УИОП пгт. Пижанка

О.А. Моговилова

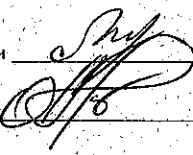
КОГОБУ СШ с УИОП пгт. Пижанка 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Ватрушка с картофелем 100 (№ рецептуры 269)	кКал-517, Бел-16, Жир-8, Угл-92	26-40
250	Суп молочный с лапшой (№ рецептуры 112) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное п/ид уюак, макароны т.р.а, масло сливочное обезжиренное, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-151, Бел-6, Жир-6, Угл-20, А-30, С-1, Са-136, Mg-18	24-19
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <small>сахар-песок, лимон, чай зеленый</small>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
580	Итого за Завтрак	кКал-805, Бел-87, Жир-14, Угл-142, А-31, С-4, Са-172, Mg-53, Fe-3	61-91
Обед			
60	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом (№ рецептуры 108) <small>капуста белокочанная, морковь, масло подсолнечное д/п, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-65, Бел-1, Жир-1, Угл-6, С-23, Са-29, Mg-12	10-06
250	Борщ со сметаной (№ рецептуры 114) <small>овес, капуста белокочанная, картофель, мясо цыплят-бройлера 1 категории тушка, морковь, лук репчатый, сметана 15%, томаты-паста, масло подсолнечное д/п, соль поваренная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, кислота этиловая</small>	кКал-117, Бел-2, Жир-6, Угл-14, А-6, С-26, Са-55, Mg-25, Fe-1	28-08
100	Котлета Особая н (№ рецептуры 245) <small>свинина, лук репчатый, яйца, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло подсолнечное д/п, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-91, Бел-3, Жир-1, Угл-14, С-12, Са-64, Mg-37, Fe-1	51-88
150	Каша рисовая рассыпчатая (№ рецептуры 151) <small>крупа рисовая, масло сливочное обезжиренное, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-206, Бел-4, Жир-1, Угл-39, А-24, Са-13, Mg-28, Fe-1	18-42
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, лук пшеничный с оболочечкой, помидоры, майонез-пасто, масло сливочное обезжиренное, лук репчатый, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Компот из сухофруктов (№ рецептуры 81) <small>сахар-песок, лимонная кислота</small>	кКал-72, Бел-1, Угл-18, С-50, Са-14, Mg-2	6-39
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
850	Итого за Обед	кКал-692, Бел-15, Жир-16, Угл-120, А-36, С-112, Са-203, Mg-143, Fe-6	122-88
	Итого за день	кКал-1497, Бел-102, Жир-30, Угл-262, А-67, С-116, Са-375, Mg-196, Fe-9	184-79

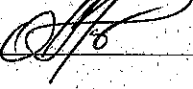
КОГОБУ СШ с УИОП пгт. Пижанка 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
90	Котлета Особая н (№ рецептуры 245) <small>свинина, лук репчатый, яйца, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло подсолнечное д/п, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-73, Бел-3, Жир-1, Угл-12, С-11, Са-58, Mg-34, Fe-1	46-69
150	Каша рисовая рассыпчатая (№ рецептуры 151) <small>крупа рисовая, масло сливочное обезжиренное, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-206, Бел-4, Жир-1, Угл-39, А-24, Са-13, Mg-28, Fe-1	18-42
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, лук пшеничный с оболочечкой, помидоры, майонез-пасто, масло сливочное обезжиренное, лук репчатый, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Компот из сухофруктов (№ рецептуры 81) <small>сахар-песок, лимонная кислота</small>	кКал-72, Бел-1, Угл-18, С-50, Са-14, Mg-2	6-39
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
500	Итого за Завтрак	кКал-429, Бел-10, Жир-6, Угл-83, А-30, С-62, Са-94, Mg-75, Fe-3	76-55
	Итого за день	кКал-429, Бел-10, Жир-6, Угл-83, А-30, С-62, Са-94, Mg-75, Fe-3	76-55

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

 А.Н. Моговилова

Директор КОГОБУ СШ с УИОП пгт. Пижанка

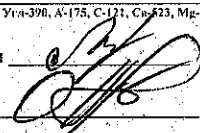
 О.А. Моговилова

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)
Завтрак			
100	Ватрушка с картофелем 100 (№ рецептуры 269)	кКал-517, Бел-16, Жир-8, Угл-92	26-40
250	Суп молочный с лапшой (№ рецептуры 112) <small>масло сливочное высшего сорта, картофель в тон утка, макароны тр.в., масло сливочное высшего сорта, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-151, Бел-6, Жир-6, Угл-20, А-30, С-1, Са-136, Mg-18	24-19
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <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	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
580	Итого за Завтрак	кКал-805, Бел-97, Жир-14, Угл-142, А-31, С-4, Са-172, Mg-53, Fe-3	61-91
Обед			
60	Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом (№ рецептуры 108) <small>капуста белокачанная, морковь, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6, С-23, Са-29, Mg-12	10-06
250	Борщ со сметаной (№ рецептуры 114) <small>картофель, капуста белокачанная, морковь, мясо говядины-бройлеров 1 категории тушка, лук репчатый, сметана 15%, томат-паста, масло подсолнечное дп, соль поваренная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, картофельный крахмал</small>	кКал-117, Бел-2, Жир-6, Угл-14, А-6, С-26, Са-55, Mg-25, Fe-1	28-08
100	Котлета Особая н (№ рецептуры 245) <small>свинина, лук репчатый, яйцо, хлеб пшеничный, сахар поваренный, масло подсолнечное дп, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-81, Бел-3, Жир-1, Угл-14, С-12, Са-64, Mg-37, Fe-1	51-88
150	Каша рисовая рассыпчатая (№ рецептуры 151) <small>крупа рисовая, масло сливочное высшего сорта, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-206, Бел-4, Жир-4, Угл-39, А-24, Са-13, Mg-28, Fe-1	18-42
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, лук репчатый п.с. обжаренный, томат-паста, масло сливочное высшего сорта, лук репчатый, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Компот из сухофруктов (№ рецептуры 81) <small>сахар-песок, лимонный сок</small>	кКал-72, Бел-1, Угл-18, С-50, Са-14, Mg-2	6-39
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
850	Итого за Обед	кКал-691, Бел-15, Жир-16, Угл-120, А-36, С-112, Са-203, Mg-143, Fe-6	122-88
Полдник			
100	Блины с повидлом (№ рецептуры 175) <small>мука пшеничная п.с. обжаренная, яйцо, масло растительное высшего сорта, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия, дрожжи сухие</small>	кКал-33, Бел-2, Жир-2, Угл-3, А-12, С-1, Са-63, Mg-7	25-58
100	Итого за Полдник	кКал-33, Бел-2, Жир-2, Угл-3, А-12, С-1, Са-63, Mg-7	25-58
Ужин			
100	Куры отварные (2 вариант) (№ рецептуры 344) <small>мясо курицы-бройлеров 1 категории тушка, морковь, лук репчатый высшего сорта, перец черный молотый, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-382, Бел-28, Жир-29, Угл-1, А-60, С-4, Са-28, Mg-36, Fe-2	87-96
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макароны тр.в., масло сливочное высшего сорта, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Са-17, Mg-10, Fe-1	11-28
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
510	Итого за Ужин	кКал-829, Бел-39, Жир-35, Угл-89, А-96, С-4, Са-85, Mg-89, Fe-7	109-07
Ужин 2			
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		кКал-2589, Бел-151, Жир-73, Угл-390, А-175, С-121, Са-623, Mg-292, Fe-16	361-92

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Директор КОГОБУ СШ с УИОП пгт. Пижанка



А.Н. Мотовилова

О.А. Мотовилова

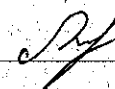
КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижаанка 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
60	Запеканка из творога 50/10 (№ рецептуры 366) <small>творог, молоко сухое/жирное, крупя муковина, сахар-песок, сухари панировочные, сметана 15%, масло сливочное/обезжиренное, яйцо сырое/вареное</small>	кКал-160, Бел-13, Жир-7, Угл-10, А-42, Са-113, Mg-17	31-43
250	Каша ячневая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 62) <small>молоко ультрапастеризованное/обезжиренное в п/у пак, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное/обезжиренное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-274, Бел-8, Жир-8, Угл-42, А-50, С-1, Са-170, Mg-40, Fe-1	22-91
200	Кофейный напиток с молоком (№ рецептуры 164) <small>молоко ультрапастеризованное/обезжиренное в п/у пак, сахар-песок, кофейный напиток обезжиренный/с</small>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	13-49
60	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-145, Бел-5, Жир-1, Угл-29, Са-38, Mg-55, Fe-3	6-00
570	Итого за Завтрак	кКал-685, Бел-29, Жир-19, Угл-97, А-112, С-8, Са-446, Mg-127, Fe-4	73-83
<u>Обед</u>			
60	Салат студенческий (№ рецептуры 176) <small>картофель, морковь, зеленый горошек, яйцо сырое/вареное, масло растительное/оп, сель подорожанка с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-94, Бел-2, Жир-7, Угл-5, А-23, С-6, Са-15, Mg-13, Fe-1	17-97
250	Щи из свежей капусты со сметаной (№ рецептуры 95) <small>капуста белокочанная, картофель/с, морковь/с, лук/с, капуста-брюссель/с, сметана 15%, лук репчатый, масло растительное/оп, сель подорожанка с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-116, Бел-4, Жир-7, Угл-9, А-15, С-31, Са-58, Mg-26, Fe-1	26-26
100	Гуляш из мяса кур л (№ рецептуры 711) <small>рублики цыплят-бройлеров/с, картофель/с, морковь/с, лук репчатый, майонез, яйца, масло растительное/оп, панировочная мука, специи/с, сель подорожанка с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-168, Бел-12, Жир-12, Угл-3, А-19, С-2, Са-9, Mg-16, Fe-2	45-20
150	Каша гречневая рассыпчатая (№ рецептуры 12) <small>крупа гречневая, масло сливочное/обезжиренное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-231, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Са-20, Mg-126, Fe-4	19-84
200	Компот из изюма (№ рецептуры 4,02) <small>сахар-песок, изюм</small>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	8-20
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
820	Итого за Обед	кКал-826, Бел-30, Жир-32, Угл-100, А-88, С-39, Са-148, Mg-227, Fe-11	122-86
	Итого за день	кКал-1511, Бел-59, Жир-51, Угл-197, А-200, С-47, Са-594, Mg-354, Fe-15	196-69

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. 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	Запеканка из творога 50/10 (№ рецептуры 366) <small>творог, молоко сухое/жирное, крупя муковина, сахар-песок, сухари панировочные, сметана 15%, масло сливочное/обезжиренное, яйцо сырое/вареное</small>	кКал-160, Бел-13, Жир-7, Угл-10, А-42, Са-113, Mg-17	31-43
230	Каша ячневая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 62) <small>молоко ультрапастеризованное/обезжиренное в п/у пак, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное/обезжиренное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-7, Угл-39, А-46, С-1, Са-156, Mg-37, Fe-1	21-07
200	Кофейный напиток с молоком (№ рецептуры 164) <small>молоко ультрапастеризованное/обезжиренное в п/у пак, сахар-песок, кофейный напиток обезжиренный/с</small>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	13-49
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-591, Бел-25, Жир-17, Угл-80, А-108, С-8, Са-413, Mg-97, Fe-3	68-99
	Итого за день	кКал-591, Бел-25, Жир-17, Угл-80, А-108, С-8, Са-413, Mg-97, Fe-3	68-99

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами



А.Н. Мотовилова

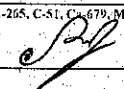
Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижаанка

О.А. Мотовилова

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижаанка интернат

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Запеканка из творога 50/10 (№ рецептуры 366) <small>творог, молоко сгущенное, крупа манная, сахар-песок, сахарный песок, сметана 15%, масло сливочное обезжиренное, яйцо сырое</small>	кКал-160, Бел-13, Жир-7, Угл-10, А-42, Са-113, Mg-17	31-43
250	Каша ячневая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 62) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в 100 г/л, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-274, Бел-8, Жир-8, Угл-42, А-50, С-1, Са-170, Mg-40, Fe-1	22-91
200	Кофейный напиток с молоком: (№ рецептуры 164) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в 100 г/л, сахар-песок, кофейный напиток обезжиренный 2%</small>	кКал-106, Бел-3, Жир-3, Угл-16, А-20, С-7, Са-125, Mg-15	13-49
60	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-145, Бел-5, Жир-1, Угл-29, Са-38, Mg-55, Fe-3	6-00
570	Итого за Завтрак	кКал-685, Бел-29, Жир-19, Угл-97, А-112, С-8, Са-446, Mg-127, Fe-1	73-83
Обед			
60	Салат студенческий (№ рецептуры 176) <small>картофель, морковь, зеленый лук, яйцо сырое, масло подсолнечное 0л, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-94, Бел-2, Жир-7, Угл-5, А-23, С-6, Са-15, Mg-13, Fe-1	17-97
250	Щи из свежей капусты со сметаной (№ рецептуры 95) <small>капуста белокочанная, картофель, мясо цыпленок-бройлер 1 категории тушка, морковь, сметана 15%, лук репчатый, масло подсолнечное 0л, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-116, Бел-4, Жир-7, Угл-9, А-15, С-31, Са-58, Mg-26, Fe-1	26-26
100	Гуляш из мяса кур л (№ рецептуры 711) <small>филе цыпленок-бройлер 1 категории замороженное, лук репчатый, морковь, вода, масло подсолнечное 0л, томат-паста, мука пшеничная в с обезжиренная, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-168, Бел-12, Жир-12, Угл-3, А-19, С-2, Са-9, Mg-16, Fe-2	45-20
150	Каша гречневая рассыпчатая (№ рецептуры 12) <small>крупа гречневая, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-231, Бел-8, Жир-6, Угл-36, А-31, Са-20, Mg-126, Fe-4	19-84
200	Компот из изюма (№ рецептуры 4,02) <small>сахар-песок, изюм</small>	кКал-83, Угл-20, Са-21, Mg-9	8-20
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
820	Итого за Обед	кКал-826, Бел-30, Жир-32, Угл-100, А-88, С-39, Са-148, Mg-227, Fe-11	122-86
Полдник			
50	Булочное изделие Калейдоскоп (№ рецептуры 241,02)	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Са-6, Mg-5	19-58
50	Итого за Полдник	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Са-6, Mg-5	19-58
Ужин			
80	Наггетсы куриные (№ рецептуры 260) <small>рудка цыпленок-бройлер 1 категории замороженное, сахарный песок, яйцо сырое, мука пшеничная в с обезжиренная, масло подсолнечное 0л, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-244, Бел-13, Жир-16, Угл-13, А-23, С-1, Са-19, Mg-18, Fe-1	45-04
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макаронный с.о., масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Са-17, Mg-10, Fe-1	11-28
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, мясо пшеницы в с обезжиренной, томат-паста, масло сливочное обезжиренное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-63
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай-черный</small>	кКал-2, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
520	Итого за Ужин	кКал-708, Бел-24, Жир-23, Угл-103, А-65, С-2, Са-79, Mg-71, Fe-6	68-78
Ужин 2			
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			327-53

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			
50	<i>Булочка Ласка (№ рецептуры 247)</i>	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Са-6, Mg-5	14-85
250	<i>Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 129)</i> <small>молочко ультрапастеризованное обогащенное в иод, утюк, крупя отпаяная (геркулес), масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль водородная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-281, Бел-8, Жир-11, Угл-37, А-57, С-1, Са-159, Mg-68, Fe-2	24-18
200	<i>Чай с сахаром (№ рецептуры 16)</i> <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	<i>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</i>	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
530	Итого за Завтрак	кКал-569, Бел-14, Жир-15, Угл-96, А-58, С-3, Са-199, Mg-107, Fe-5	46-47
Обед			
60	<i>Винегрет овощной (№ рецептуры 135)</i> <small>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное от</small>	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Са-13, Mg-11	14-94
250	<i>Суп картофельный с рыбными консервами (№ рецептуры 131)</i> <small>картофель консервы рыбные, лук репчатый, морковь, соль водородная с пониженным содержанием натрия, крупа рисовая, масло сливочное обогащенное</small>	кКал-138, Бел-6, Жир-4, Угл-17, Са-180, Fe-1	30-28
100	<i>Наггетсы куриные (№ рецептуры 260)</i> <small>крутоко курицы-бройлеров 1 категории замороженные, соусы промышленные, яйца свежие, мука пшеничная высшего качества, масло подсолнечное от</small>	кКал-305, Бел-17, Жир-20, Угл-16, А-29, С-1, Са-24, Mg-22, Fe-2	56-29
150	<i>Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1)</i> <small>макаронны сухие, масло сливочное обогащенное, соль водородная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Са-17, Mg-10, Fe-1	11-28
30	<i>Соус красный основной (№ рецептуры 86)</i> <small>морковь, мука пшеничная высшего качества, томат-паста, масло сливочное обогащенное, лук репчатый, сахар-песок, соль водородная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	<i>Чай с сахаром (№ рецептуры 16)</i> <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	<i>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</i>	кКал-73, Бел-2, Угл-15, 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
850	Итого за Обед	кКал-985, Бел-35, Жир-37, Угл-127, А-71, С-7, Са-277, Mg-88, Fe-8	125-28
Итого за день			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)
Завтрак			
200	<i>Чай с сахаром (№ рецептуры 16)</i> <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
60	<i>Винегрет овощной (№ рецептуры 135)</i> <small>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное от</small>	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Са-13, Mg-11	14-94
90	<i>Кура отварная (№ рецептуры 117)</i> <small>крутоко курицы-бройлеров 1 категории замороженные, лук репчатый, соль водородная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-222, Бел-19, Жир-16, С-2, Са-29, Mg-21, Fe-1	50-43
150	<i>Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1)</i> <small>макаронны сухие, масло сливочное обогащенное, соль водородная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Са-17, Mg-10, Fe-1	11-28
30	<i>хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)</i>	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
530	Итого за Завтрак	кКал-674, Бел-29, Жир-28, Угл-77, А-36, С-7, Са-80, Mg-57, Fe-4	83-48
Итого за день			83-48

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

А.Н. Мотовилова

Директор КОГОБУ СШ с УИОП пгт. Пижанка

О.А. Мотовилова

КОГ ОБУ СШ с УИОП пгт. Пижанка интернат

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
50	Булочка Ласка (№ рецептуры 247)	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Са-6, Mg-5	14-85
250	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 129)	кКал-281, Бел-8, Жир-11, Угл-37, А-57, С-1, Са-159, Mg-68, Fe-2	24-18
<small>молочко ультрапастеризованное обогащенное в шире утук, крупа овсяная (геркулес), масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль пищевая с пониженным содержанием натрия</small>			
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16)	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
<small>сахар-песок, чай черный</small>			
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
530	Итого за Завтрак	кКал-569, Бел-14, Жир-15, Угл-96, А-58, С-3, Са-199, Mg-107, Fe-5	46-47
Обед			
60	Винегрет овощной (№ рецептуры 135)	кКал-78, Бел-1, Жир-6, Угл-4, С-5, Са-13, Mg-11	14-94
<small>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста белокачанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное</small>			
250	Суп картофельный с рыбными консервами (№ рецептуры 131)	кКал-138, Бел-6, Жир-4, Угл-17, Са-180, Fe-1	30-28
<small>картофель, консервы рыбные, лук репчатый, морковь, соль пищевая с пониженным содержанием натрия, крупа рисовая, масло сливочное обогащенное</small>			
100	Наггетсы куриные (№ рецептуры 260)	кКал-305, Бел-17, Жир-20, Угл-16, А-29, С-1, Са-24, Mg-22, Fe-2	56-29
<small>структура хрустящая-фризерная I консервы замороженные, сахар рафинированный, яйцо куриное, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное рафинированное с пониженным содержанием натрия</small>			
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1)	кКал-252, Бел-7, Жир-6, Угл-43, А-35, Са-17, Mg-10, Fe-1	11-28
<small>макаронный крупа, масло сливочное обогащенное, соль пищевая с пониженным содержанием натрия</small>			
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86)	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
<small>морковь, мука пшеничная в/с обогащенная, томат-паста, масло сливочное обогащенное, лук репчатый, сахар-песок, соль пищевая с пониженным содержанием натрия</small>			
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16)	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
<small>сахар-песок, чай черный</small>			
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
850	Итого за Обед	кКал-985, Бел-35, Жир-37, Угл-127, А-71, С-7, Са-277, Mg-88, Fe-8	125-28
Полдник			
50	Вафли с молочно-жировой начинкой обогащенные для детского питания (№ рецептуры 7)	кКал-181, Бел-1, Жир-10, Угл-21, А-2, Са-3, Mg-2	30-52
50	Итого за Полдник	кКал-181, Бел-1, Жир-10, Угл-21, А-2, Са-3, Mg-2	30-52
Ужин			
155	Омлет натуральный 150/5 (№ рецептуры 234)	кКал-307, Бел-16, Жир-25, Угл-3, А-379, С-1, Са-126, Mg-21, Fe-3	63-73
<small>яйцо куриное, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шире утук, масло сливочное обогащенное, соль пищевая с пониженным содержанием натрия, консервы томатные</small>			
200	Компот из плодов свежих (яблоки) (№ рецептуры 39)	кКал-115, Угл-28, С-4, Са-15, Mg-5, Fe-1	7-87
<small>сахар-песок, яблоки, лимонная кислота</small>			
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
415	Итого за Ужин	кКал-556, Бел-20, Жир-25, Угл-38, А-379, С-5, Са-166, Mg-63, Fe-7	76-99
Ужин 2			
250	Йогурт славянский жирн. 2,5% (№ рецептуры 40)	кКал-238, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-48
250	Итого за Ужин 2	кКал-238, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-48
Итого за день			
		кКал-2521, Бел-78, Жир-93, Угл-338, А-510, С-15, Са-645, Mg-260, Fe-20	321-74

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

А.Н. Мотовилова

Директор КОГ ОБУ СШ с УИОП пгт. Пижанка

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 паровой из муки 1 сорта, масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-76
250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 117) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид утук, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пятикратным содержанием натрия</i>	кКал-346, Бел-8, Жир-9, Угл-58, А-55, С-2, Са-170, Mg-51, Fe-1	37-62
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <i>сахар-песок, лимон, чай черный</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-561, Бел-75, Жир-10, Угл-103, А-56, С-5, Са-213, Mg-96, Fe-5	64-70
Обед			
30	Капуста морская (гарнировка) (№ рецептуры 98)		13-65
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <i>картофель, макаронн. гр.п. макароны-бutterfley (категория тушка), соль йодированная с пятикратным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп</i>	кКал-118, Бел-5, Жир-4, Угл-17, А-5, С-8, Са-24, Mg-17, Fe-1	13-85
80	Рыба, тушеная с овощами (№ рецептуры 110) <i>рыба свежемороженая филе, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль йодированная с пятикратным содержанием натрия</i>	кКал-108, Бел-10, Жир-6, Угл-4, С-1, Са-36, Fe-1	48-18
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид утук, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пятикратным содержанием натрия</i>	кКал-182, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-50, Mg-40, Fe-2	32-18
200	Компот из плодов свежих (яблоки) (№ рецептуры 39) <i>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</i>	кКал-115, Угл-28, С-4, Са-15, Mg-5, Fe-1	7-87
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
770	Итого за Обед	кКал-657, Бел-23, Жир-16, Угл-103, А-45, С-45, Са-150, Mg-99, Fe-8	121-12
	Итого за день	кКал-1 218, Бел-98, Жир-26, Угл-206, А-101, С-50, Са-363, Mg-195, Fe-13	185-82

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 паровой из муки 1 сорта, масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-76
230	Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 117) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид утук, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пятикратным содержанием натрия</i>	кКал-318, Бел-7, Жир-8, Угл-54, А-50, С-1, Са-156, Mg-47, Fe-1	34-61
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <i>сахар-песок, лимон, чай черный</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
500	Итого за Завтрак	кКал-533, Бел-74, Жир-9, Угл-99, А-51, С-4, Са-199, Mg-92, Fe-5	61-69
	Итого за день	кКал-533, Бел-74, Жир-9, Угл-99, А-51, С-4, Са-199, Mg-92, Fe-5	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. Пижанка интернат

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 паровой из муки 1 сорта, масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-76
250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 117) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки крупы рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-346, Бел-8, Жир-9, Угл-58, А-55, С-2, Са-170, Mg-51, Fe-1	37-62
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <i>сахар-песок, лимона, чай черный</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-561, Бел-75, Жир-10, Угл-103, А-56, С-5, Са-213, Mg-96, Fe-5	64-70
Обед			
30	Капуста морская (гарнировка) (№ рецептуры 98)		13-65
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <i>картофель, макаронный пр а, масло подсолнечное / катедорный тунца, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп</i>	кКал-118, Бел-5, Жир-4, Угл-17, А-5, С-8, Са-24, Mg-17, Fe-1	13-85
80	Рыба, тушеная с овощами (№ рецептуры 110) <i>рыба свежемороженая филе, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-108, Бел-10, Жир-6, Угл-4, С-1, Са-36, Fe-1	48-18
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-182, Бел-4, Жир-6, Угл-27, А-40, С-32, Са-50, Mg-40, Fe-2	32-18
200	Компот из плодов свежих (яблоки) (№ рецептуры 39) <i>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</i>	кКал-115, Угл-28, С-4, Са-15, Mg-5, Fe-1	7-87
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
770	Итого за Обед	кКал-657, Бел-23, Жир-16, Угл-103, А-45, С-45, Са-150, Mg-99, Fe-8	121-12
Полдник			
50	Сок в ассортименте 0,2л (№ рецептуры 6)	кКал-23, Угл-5, С-1, Са-4, Mg-2, Fe-1	32-00
50	Итого за Полдник	кКал-23, Угл-5, С-1, Са-4, Mg-2, Fe-1	32-00
Итого за день			217-82

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

_____ А.Н. Мотовилова

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка _____

_____ О.А. Мотовилова