

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>			
40	Хлеб с маслом 30/10 (№ рецептуры 181) <small>хлеб пшеничный, масло сливочное обогащенное</small>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15	14-40
250	Макаронные изделия отварные с сыром (№ рецептуры 88) <small>макаронны гр.а, сыр п-твердый детский, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-381, Бел-13, Жир-12, Угл-56	35-71
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-660, Бел-17, Жир-21, Угл-101	57-55
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом (№ рецептуры 108) <small>капуста белокачанная, морковь, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6	10-06
250	Суп картофельный с бобовыми (№ рецептуры 58) <small>картофель, горох колотый, лук репчатый-бройлеров 1 категории тушка, морковь, лук репчатый, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло подсолнечное дп</small>	кКал-216, Бел-8, Жир-16, Угл-19	21-89
100	Фрикадельки мясные в соусе л (№ рецептуры 237,01) <small>фарш мясной-бройлера 1 категории замороженное, вода, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шп утас, хлеб пшеничный, томат-паста, масло сливочное обогащенное, мука пшеничная в с обогащения, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок</small>	кКал-182, Бел-12, Жир-12, Угл-7	40-19
150	Каша рисовая рассыпчатая (№ рецептуры 151) <small>крупа рисовая, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-206, Бел-4, Жир-4, Угл-39	18-42
200	Компот из яблок и изюма (№ рецептуры 4,01) <small>сахар-песок, яблоки, изюм, кислота лимонная</small>	кКал-76, Угл-19	8-77
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
820	Итого за Обед	кКал-879, Бел-29, Жир-36, Угл-117	104-72
	Итого за день	кКал-1 539, Бел-46, Жир-57, Угл-218	162-27

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>			
40	Хлеб с маслом 30/10 (№ рецептуры 181) <small>хлеб пшеничный, масло сливочное обогащенное</small>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15	14-40
230	Макаронные изделия отварные с сыром (№ рецептуры 88) <small>макаронны гр.а, сыр п-твердый детский, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-350, Бел-12, Жир-11, Угл-52	32-85
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <small>сахар-песок, лимон, чай черный</small>	кКал-64, Бел-63, Угл-15	8-32
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12	2-39
500	Итого за Завтрак	кКал-620, Бел-79, Жир-20, Угл-94	57-96
	Итого за день	кКал-620, Бел-79, Жир-20, Угл-94	57-96

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. Пижапка 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 маслом 30/10 (№ рецептуры 181) <small>хлеб пшеничный, масло сливочное обогащенное</small>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15	14-40
250	Макаронные изделия отварные с сыром (№ рецептуры 88) <small>макарони гр.а, сыр п-твердый йогуртный, масло сливочное обогащенное, соль подпириванная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-381, Бел-13, Жир-12, Угл-56	35-71
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-660, Бел-17, Жир-21, Угл-101	57-55
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом (№ рецептуры 108) <small>капуста белокачанная, морковь, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль подпириванная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6	10-06
250	Суп картофельный с бобовыми (№ рецептуры 58) <small>картофель, горох колотый, мясо цыплят-бройлеров I категории тушка, морковь, лук репчатый, соль подпириванная с пониженным содержанием натрия, масло подсолнечное дп</small>	кКал-216, Бел-8, Жир-16, Угл-19	21-89
100	Фрикадельки мясные в соусе л (№ рецептуры 237,01) <small>грушка цыплят-бройлеров I категории замороженное, вода, молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упак, хлеб пшеничный, томат-паста, масло сливочное обогащенное, мука пшеничная в с обогащенная, соль подпириванная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок</small>	кКал-182, Бел-12, Жир-12, Угл-7	40-19
150	Каша рисовая рассыпчатая (№ рецептуры 151) <small>крупа рисовая, масло сливочное обогащенное, соль подпириванная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-206, Бел-4, Жир-4, Угл-39	18-42
200	Компот из яблок и изюма (№ рецептуры 4,01) <small>сахар-песок, яблоки, изюм, кислота лимонная</small>	кКал-76, Угл-19	8-77
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
820	Итого за Обед	кКал-879, Бел-29, Жир-36, Угл-117	104-72
<u>Полдник</u>			
100	Ватрушка с картофелем 100 (№ рецептуры 269)	кКал-517, Бел-16, Жир-8, Угл-92	26-40
100	Итого за Полдник	кКал-517, Бел-16, Жир-8, Угл-92	26-40
<u>Ужин</u>			
200	Запеканка картофельная с мясом . (№ рецептуры 174,01) <small>картофель, свинина, лук репчатый, яйцо столовое, масло сливочное обогащенное, сахар лизаровочные, масла подсолнечные дп, соль подпириванная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-343, Бел-17, Жир-17, Угл-31	78-39
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <small>сахар-песок, лимон, чай черный</small>	кКал-64, Бел-63, Угл-15	8-32
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
460	Итого за Ужин	кКал-541, Бел-84, Жир-17, Угл-73	92-10
<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			323-25

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Н. Мотовилова

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижапка

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)
Завтрак			
40	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <small>хлеб пшеничный, сыр н-твердый довший</small>	кКал-104, Бел-5, Жир-3, Угл-14	14-00
250	Каша молочная "Дружба" (№ рецептуры 199) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в пак. улит, крупа пшено шлифованное, крупя рисовая, масло сливочное обезжиренное, сахар-песок, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-315, Бел-8, Жир-12, Угл-44	33-75
200	Какао с молоком (№ рецептуры 83) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в пак. улит, сахар-песок, коко-порошок обезжиренный др</small>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29	17-78
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-650, Бел-18, Жир-18, Угл-102	68-53
Обед			
60	Салат "Степной" (№ рецептуры 243) <small>картофель, курица консервированная, лук репчатый, морковь, салатный соргошек, масло подсолнечное др, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-96, Бел-1, Жир-8, Угл-5	16-23
250	Рассольник со сметаной (№ рецептуры 73) <small>картофель, курица консервированная, крупя перловая, мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, морковь, сметана 15%, лук репчатый, масло подсолнечное др, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-93, Бел-2, Жир-4, Угл-13	28-82
80	Котлета Мясная (№ рецептуры 235) <small>крутые цыплят-бройлеров 1 категории замороженные, свиная, молоко ультрапастеризованное обезжиренное в пак. улит, хлеб пшеничный, лук репчатый, курица консервированная, масло подсолнечное др, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-172, Бел-9, Жир-8, Угл-15	52-80
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	19-84
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, мука пшеничная в с обалачивая, лимон-листья, масло сливочное обезжиренное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2	2-66
200	Компот из плодов свежих (яблоки) (№ рецептуры 39) <small>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</small>	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
830	Итого за Обед	кКал-858, Бел-24, Жир-27, Угл-126	133-61
	Итого за день	кКал-1508, Бел-42, Жир-45, Угл-228	202-14

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)
Завтрак			
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
60	Салат "Степной" (№ рецептуры 243) <small>картофель, курица консервированная, лук репчатый, морковь, салатный соргошек, масло подсолнечное др, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-96, Бел-1, Жир-8, Угл-5	16-23
80	Котлета Мясная (№ рецептуры 235) <small>крутые цыплят-бройлеров 1 категории замороженные, свиная, молоко ультрапастеризованное обезжиренное в пак. улит, хлеб пшеничный, лук репчатый, курица консервированная, масло подсолнечное др, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-172, Бел-9, Жир-8, Угл-15	52-80
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	19-84
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, мука пшеничная в с обалачивая, лимон-листья, масло сливочное обезжиренное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2	2-66
200	Компот из изюма (№ рецептуры 4,02) <small>сахар-песок, изюм</small>	кКал-114, Угл-22	8-81
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12	2-39
580	Итого за Завтрак	кКал-764, Бел-22, Жир-23, Угл-107	105-73
	Итого за день	кКал-764, Бел-22, Жир-23, Угл-107	105-73

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами _____ И. Мотовилова

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижаанка _____

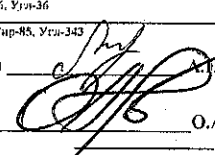
О.А. Мотовилова

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	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <small>хлеб пшеничный, сыр и твердый сырный</small>	кКал-104, Бел-5, Жир-3, Угл-14	14-00
250	Каша молочная "Дружба" (№ рецептуры 199) <small>молочно-увлажнительное обезжиренное и шип умяе, крупа пшеница манная, крупа рисовая, масло сливочное обезжиренное, сахар-песок, соль йодированная с повышенным содержанием йода</small>	кКал-315, Бел-8, Жир-12, Угл-44	33-75
200	Какао с молоком (№ рецептуры 83) <small>молочно-увлажнительное обезжиренное и шип умяе, сахар-песок, какао-порошок обезжиренный др</small>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29	17-78
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-650, Бел-18, Жир-18, Угл-102	68-53
Обед			
60	Салат "Степной" (№ рецептуры 243) <small>картофель, курица консервированная, лук репчатый, морковь, зеленый горошек, масло подсолнечное др, соль йодированная с повышенным содержанием йода</small>	кКал-96, Бел-1, Жир-8, Угл-5	16-23
250	Рассольник со сметаной (№ рецептуры 73) <small>картофель, курица консервированная, крупа перловая, мясо говядины-бройлеров I категории тушка, морковь, сметана 15%, лук репчатый, масло подсолнечное др, соль йодированная с повышенным содержанием йода</small>	кКал-93, Бел-2, Жир-4, Угл-13	28-82
80	Котлета Мясная (№ рецептуры 235) <small>крупа пшеница-бройлеров I категории замоченная, свиное, молоко ультрапастеризованное обезжиренное и шип умяе, хлеб пшеничный, лук репчатый, сахар-песок, масло подсолнечное др, соль йодированная с повышенным содержанием йода</small>	кКал-172, Бел-9, Жир-8, Угл-15	52-80
150	Каша гречневая рассыпчатая (№ рецептуры 12) <small>крупа гречневая, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с повышенным содержанием йода</small>	кКал-231, Бел-8, Жир-6, Угл-36	19-84
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, лук репчатый и с обалуживания, лимон-кисли, масло сливочное обезжиренное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с повышенным содержанием йода</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2	2-66
200	Компот из плодов свежих (яблоки) (№ рецептуры 39) <small>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</small>	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
830	Итого за Обед	кКал-858, Бел-24, Жир-27, Угл-126	133-61
Полдник			
50	Витушка с маком (№ рецептуры 171)		15-32
50	Итого за Полдник		15-32
Ужин			
100	Куры отварные (2 вариант) (№ рецептуры 344) <small>мясо индейки-бройлеров I категории тушка, морковь, масло подсолнечное др, перец черный молотый, соль йодированная с повышенным содержанием йода</small>	кКал-382, Бел-28, Жир-29, Угл-1	87-96
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макар-му.р.о, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с повышенным содержанием йода</small>	кКал-210, Бел-6, Жир-5, Угл-36	11-28
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <small>сахар-песок, лимон, чай черный</small>	кКал-64, Бел-63, Угл-15	8-32
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
510	Итого за Ужин	кКал-798, Бел-101, Жир-34, Угл-79	112-95
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			372-89

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Директор КОГОбУ 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	Яйцо отварное (№ рецептуры 177)	кКал-63, Бел-5, Жир-5	14-85
250	Суп молочный с лапшой (№ рецептуры 112) <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шд утук, макароны гр.а, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-226, Бел-6, Жир-6, Угл-21	19-19
200	Кофейный напиток с молоком (№ рецептуры 164) <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шд утук, сахар-песок, кофейный напиток обогащенный дп</small>	кКал-122, Бел-2, Жир-2, Угл-25	13-49
60	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-145, Бел-5, Жир-1, Угл-29	6-00
550	Итого за Завтрак	кКал-556, Бел-18, Жир-14, Угл-75	53-53
Обед			
60	Салат "Мазайка" (№ рецептуры 263) <small>морковь, картофель, кукуруза консервированная, огурцы, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-106, Бел-2, Жир-6, Угл-12	18-78
250	Борщ со сметаной (№ рецептуры 114) <small>вода, свекла, капуста белокачанная, картофель, мясо индейки-бройлера 1 категории тушка, морковь, лук репчатый, сметана 15%, томат-паста, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, кислота лимонная</small>	кКал-213, Бел-4, Жир-7, Угл-12	28-08
250	Плов из мяса кур (№ рецептуры 70) <small>грудка индейки-бройлера 1 категории замороженная, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное дп, томат-паста, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-324, Бел-17, Жир-15, Угл-30	65-70
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15	4-44
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
820	Итого за Обед	кКал-838, Бел-27, Жир-28, Угл-96	122-39
	Итого за день	кКал-1394, Бел-45, Жир-42, Угл-171	175-92

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	Яйцо отварное (№ рецептуры 177)	кКал-63, Бел-5, Жир-5	14-85
250	Суп молочный с лапшой (№ рецептуры 112) <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шд утук, макароны гр.а, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-226, Бел-6, Жир-6, Угл-21	19-19
200	Кофейный напиток с молоком (№ рецептуры 164) <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шд утук, сахар-песок, кофейный напиток обогащенный дп</small>	кКал-122, Бел-2, Жир-2, Угл-25	13-49
60	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-145, Бел-5, Жир-1, Угл-29	6-00
550	Итого за Завтрак	кКал-556, Бел-18, Жир-14, Угл-75	53-53
	Итого за день	кКал-556, Бел-18, Жир-14, Угл-75	53-53

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

А.Н. Мотовилова

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка

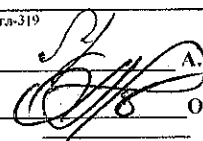
О.А. Мотовилова

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)
<u>Завтрак</u>			
40	Яйцо отварное (№ рецептуры 177)	кКал-63, Бел-5, Жир-5	14-85
250	Суп молочный с лапшой (№ рецептуры 112) <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, макароны гр.а, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-226, Бел-6, Жир-6, Угл-21	19-19
200	Кофейный напиток с молоком (№ рецептуры 164) <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, сахар-песок, кофейный напиток обогащенный от</small>	кКал-122, Бел-2, Жир-2, Угл-25	13-49
60	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-145, Бел-5, Жир-1, Угл-29	6-00
550	Итого за Завтрак	кКал-556, Бел-18, Жир-14, Угл-75	53-53
<u>Обед</u>			
60	Салат "Мазайка" (№ рецептуры 263) <small>морковь, картофель, кукуруза консервированная, огурцы, масло подсолнечное от, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-106, Бел-2, Жир-6, Угл-12	18-78
250	Борщ со сметаной (№ рецептуры 114) <small>овод, свекла, капуста белокочанная, картофель, мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, морковь, лук репчатый, сметана 15%, томат-паста, масло подсолнечное от, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, кислота лимонная</small>	кКал-213, Бел-4, Жир-7, Угл-12	28-08
250	Плов из мяса кур (№ рецептуры 70) <small>грудинка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное от, томат-паста, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-324, Бел-17, Жир-15, Угл-30	65-70
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15	4-44
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
820	Итого за Обед	кКал-838, Бел-27, Жир-28, Угл-96	122-39
<u>Полдник</u>			
50	Печенье (готовый продукт промышленного производства) (№ рецептуры 139)	кКал-163, Бел-10, Жир-6, Угл-33	18-15
50	Итого за Полдник	кКал-163, Бел-10, Жир-6, Угл-33	18-15
<u>Ужин</u>			
80	Шницель натуральный рубленый (№ рецептуры 290) <small>свинина, сухари панировочные, яйцо столовое, масло подсолнечное от, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-82, Бел-3, Жир-3, Угл-10	74-50
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, масло сливочное обогащенное, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-189, Бел-3, Жир-9, Угл-23	32-18
200	Компот из яблок и изюма (№ рецептуры 4,01) <small>сахар-песок, яблоки, лим, кислота лимонная</small>	кКал-76, Угл-19	8-77
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
490	Итого за Ужин	кКал-481, Бел-10, Жир-12, Угл-79	120-84
<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			кКал-2268, Бел-73, Жир-66, Угл-319
			357-39

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка



А.Н. Мотовилова

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)
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <small>хлеб пшеничный, сыр п-твердой обезжир.</small>	кКал-104, Бел-5, Жир-3, Угл-14	14-00
250	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 62,01) <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное и/или увар., крупа пшеничная, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль водородная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-274, Бел-8, Жир-8, Угл-42	23-57
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <small>сахар-песок, лимон, чай черный</small>	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-515, Бел-78, Жир-11, Угл-86	48-89
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокачанной капусты с кукурузой (№ рецептуры 292) <small>капуста белокачанная, кукуруза консервированная, масло растительное рап., сахар-песок, соль водородная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-90, Бел-2, Жир-4, Угл-11	15-49
250	Суп из овощей со сметаной (№ рецептуры 69) <small>картофель, капуста белокачанная, масло растительное рап., морковь, лук репчатый, зеленый горошек, масло растительное рап., сметана 15%, соль водородная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-146, Бел-4, Жир-9, Угл-11	27-19
100	Гуляш из свинины (№ рецептуры 156,01) <small>свинина, лук репчатый, масло растительное рап., томат-паста, мука пшеничная в/с обогащенная, соль водородная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-187, Бел-14, Жир-13, Угл-3	55-66
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макаронн. гр.а, масло сливочное обогащенное, соль водородная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-210, Бел-6, Жир-5, Угл-36	11-28
200	Компот из сухофруктов (№ рецептуры 81) <small>сахар-песок, лимонная смесь</small>	кКал-60, Угл-15	6-39
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
30	хлеб ржанно-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12	2-39
820	Итого за Обед	кКал-827, Бел-30, Жир-31, Угл-103	121-40
	Итого за день	кКал-1342, Бел-108, Жир-42, Угл-189	170-29

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)
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <small>хлеб пшеничный, сыр п-твердой обезжир.</small>	кКал-104, Бел-5, Жир-3, Угл-14	14-00
230	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 62,01) <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное и/или увар., крупа пшеничная, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль водородная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-252, Бел-7, Жир-7, Угл-39	21-68
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <small>сахар-песок, лимон, чай черный</small>	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-493, Бел-77, Жир-10, Угл-83	47-00
	Итого за день	кКал-493, Бел-77, Жир-10, Угл-83	47-00

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

А.Н. Мотовилова

Директор КОГОВУ СШ с УИОП пгт. Пижанка

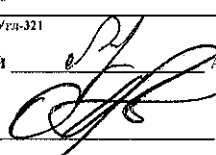
О.А. Мотовилова

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)
Завтрак			
40	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <small>хлеб пшеничный, сыр п-твердый белый</small>	кКал-104, Бел-5, Жир-3, Угл-14	14-00
250	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 62,01) <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шп упаковке, крупа пшеничная, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-274, Бел-8, Жир-8, Угл-42	23-57
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <small>сахар-песок, лимон, чай черный</small>	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-515, Бел-78, Жир-11, Угл-86	48-89
Обед			
60	Салат из белокачанной капусты с кукурузой (№ рецептуры 292) <small>капуста белокачанная, кукуруза консервированная, масло подсолнечное от. сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-90, Бел-2, Жир-4, Угл-11	15-49
250	Суп из овощей со сметаной (№ рецептуры 69) <small>картофель, капуста белокачанная, мясо цыплят-бройлеров 1 категории, лук репчатый, морковь, лук репчатый, зеленый горошек, масло подсолнечное от. сметана 15%, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-146, Бел-4, Жир-9, Угл-11	27-19
100	Гуляш из свинины (№ рецептуры 156,01) <small>свинина, лук репчатый, масло подсолнечное от, помид-паста, мука пшеничная в/с обогащенная, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-187, Бел-14, Жир-13, Угл-3	55-66
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макаронный сыр, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-210, Бел-6, Жир-5, Угл-36	11-28
200	Компот из сухофруктов (№ рецептуры 81) <small>сахар-песок, лимонная кислота</small>	кКал-60, Угл-15	6-39
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
820	Итого за Обед	кКал-827, Бел-30, Жир-31, Угл-103	121-40
Полдник			
100	Блины с повидлом (№ рецептуры 175) <small>мука пшеничная в/с обогащенная, вода, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шп упаковке, масло подсолнечное от, повидло, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, орехи сушеные</small>	кКал-33, Бел-2, Жир-2, Угл-3	8-58
100	Итого за Полдник	кКал-33, Бел-2, Жир-2, Угл-3	8-58
Ужин			
130	Зразы школьные 100/30 (№ рецептуры 320) <small>крупа гречневая, мясо цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, вода, лук репчатый, хлеб пшеничный, сахар рафинированный, яйцо куриное, масло подсолнечное от, морковь, мука пшеничная в/с обогащенная, помид-паста, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок</small>	кКал-273, Бел-14, Жир-17, Угл-15	49-87
150	Каша гречневая рассыпчатая (№ рецептуры 12) <small>крупа гречневая, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-231, Бел-8, Жир-6, Угл-36	19-84
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15	4-44
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
540	Итого за Ужин 1	кКал-699, Бел-26, Жир-23, Угл-93	79-54
Ужин 2			
250	Йогурт славянский эфирн. 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-2304, Бел-144, Жир-73, Угл-321	300-89

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижаанка


 А.Н. Мотовилова
 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	Хлеб с маслом 30/10 (№ рецептуры 181) <i>хлеб пшеничный, масло сливочное обогащенное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15	14-40
155	Омлет натуральный 150/5 (№ рецептуры 234) <i>яйцо столовое, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шиф упаковке, масло сливочное обогащенное, соль подпробованная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-307, Бел-16, Жир-25, Угл-3	63-73
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
425	Итого за Завтрак	кКал-589, Бел-83, Жир-34, Угл-48	89-45
Обед			
60	Салат картофельный с кальмарами (№ рецептуры 264) <i>картофель, кальмары, лук репчатый, вода, кислота лимонная, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль подпробованная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-55, Бел-1, Жир-2, Угл-7	24-54
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <i>картофель, макароны дп а, мясо цыплят-бройлеров I категории тушка, соль подпробованная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп</i>	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17	13-85
80	Нагетсы куриные (№ рецептуры 260) <i>рулька цыплят-бройлеров I категории замороженные, сахар подпробованный, яйцо столовое, мука пшеничная все обогащенная, масло подсолнечное дп, соль подпробованная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-244, Бел-13, Жир-16, Угл-13	45-03
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шиф упаковке, масло сливочное обогащенное, соль подпробованная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-189, Бел-3, Жир-9, Угл-23	32-18
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <i>сахар-песок, чай черный</i>	кКал-61, Угл-15	4-44
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
800	Итого за Обед	кКал-886, Бел-26, Жир-36, Угл-102	125-43
	Итого за день	кКал-1 475, Бел-109, Жир-70, Угл-150	214-88

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			
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
80	Нагетсы куриные (№ рецептуры 260) <i>рулька цыплят-бройлеров I категории замороженные, сахар подпробованный, яйцо столовое, мука пшеничная все обогащенная, масло подсолнечное дп, соль подпробованная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-244, Бел-13, Жир-16, Угл-13	45-03
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шиф упаковке, масло сливочное обогащенное, соль подпробованная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-189, Бел-3, Жир-9, Угл-23	32-18
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <i>сахар-песок, чай черный</i>	кКал-61, Угл-15	4-44
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12	2-39
490	Итого за Завтрак	кКал-628, Бел-20, Жир-25, Угл-78	87-04
	Итого за день	кКал-628, Бел-20, Жир-25, Угл-78	87-04

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)
Завтрак			
40	Хлеб с маслом 30/10 (№ рецептуры 181) <small>хлеб пшеничный, масло сливочное обогатненное</small>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15	14-40
155	Омлет натуральный 150/5 (№ рецептуры 234) <small>яйца столовые, молоко ультрапастеризованное обогатненное в под уток, масла сливочное обогатненное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-307, Бел-16, Жир-25, Угл-3	63-73
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <small>сахар-песок, лимоны, чай черный</small>	кКал-64, Бел-63, Угл-15	8-32
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-73, Бел-2, Угл-15	3-00
425	Итого за Завтрак	кКал-589, Бел-83, Жир-34, Угл-48	89-45
Обед			
60	Салат картофельный с кальмарами (№ рецептуры 264) <small>картофель, кальмары, лук репчатый, вода, кислота лимонная, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-55, Бел-1, Жир-2, Угл-7	24-54
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <small>картофель, макароны гр.к, мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, марковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп</small>	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17	13-85
80	Наггетсы куриные (№ рецептуры 260) <small>дрожки цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, сахар натуральные, яйцо столовое, мука пшеничная в с обогатненной, масла подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-244, Бел-13, Жир-16, Угл-13	45-03
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогатненное в под уток, масла сливочное обогатненное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-189, Бел-3, Жир-9, Угл-23	32-18
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15	4-44
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
800	Итого за Обед	кКал-886, Бел-26, Жир-36, Угл-102	125-43
Полдник			
50	Баранка (№ рецептуры 194)	кКал-87, Бел-2, Жир-2, Угл-15	18-97
50	Итого за Полдник	кКал-87, Бел-2, Жир-2, Угл-15	18-97
Ужин			
100	Котлета Мясная (№ рецептуры 235) <small>дрожки цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, свинина, молоко ультрапастеризованное обогатненное в под уток, хлеб пшеничный, лук репчатый, сахар натуральные, масла подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-215, Бел-12, Жир-10, Угл-19	66-00
150	Картофель отварной (№ рецептуры 154) <small>картофель, масла сливочное обогатненное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-178, Бел-3, Жир-7, Угл-25	27-23
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15	4-44
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
510	Итого за Ужин	кКал-588, Бел-19, Жир-17, Угл-86	103-06
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			379-39

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижаанка

А.Н. Мотовилова
О.А. Мотовилова