

КОГОБУ СШ с УИОП пгт. Пижанка 12 лет и старше

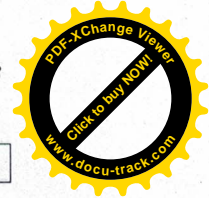
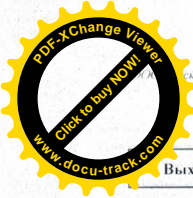
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	Булочка Ласка (№ рецептуры 247)	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	14-85
250	Каши геркулесовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 129) <small>молоко ультрапастеризованное обогатненное в шип унак, крупа овсяная (геркулес), масло сливочное обогатненное, сахар-песок, соль поваренная с потжеженным содержанием натрия</small>	кКал-276, Бел-8, Жир-11, Угл-37, А-53, С-1, Е-1, Са-159, Mg-68, Fe-2	23-37
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
530	Итого за Завтрак	кКал-574, Бел-14, Жир-15, Угл-92, А-54, С-3, Е-3, Са-187, Mg-89, Fe-4	45-66
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной (№ рецептуры 135) <small>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное от</small>	кКал-77, Бел-1, Жир-6, Угл-5, С-9, Е-3, Са-15, Mg-11	12-86
250	Суп картофельный с рыбными консервами (№ рецептуры 131) <small>картофель, консервы рыбные, лук репчатый, морковь, соль поваренная с потжеженным содержанием натрия, крупа рисовая, масло сливочное обогатненное</small>	кКал-201, Бел-2, Жир-2, Угл-17, А-15, С-17, Са-59, Mg-29, Fe-1	30-28
100	Наггетсы куриные (№ рецептуры 260) <small>продукт цыплят-бройлеров I категории замороженное, сухари панировочные, яйцо свежее, мука пшеничная в с обогатненная, масло подсолнечное от, соль поваренная с потжеженным содержанием натрия</small>	кКал-305, Бел-17, Жир-20, Угл-16, А-29, С-1, Е-3, Са-24, Mg-22, Fe-2	56-29
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макаронны ср.а, масло сливочное обогатненное, соль поваренная с потжеженным содержанием натрия</small>	кКал-210, Бел-6, Жир-5, Угл-36, А-30, Е-8, Са-18, Mg-9, Fe-1	11-28
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, мука пшеничная в с обогатненная, томат-паста, масло сливочное обогатненное, лук репчатый, сахар-песок, соль поваренная с потжеженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	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-1 015, Бел-30, Жир-34, Угл-117, А-81, С-28, Е-14, Са-147, Mg-98, Fe-7	123-20
	Итого за день	кКал-1 589, Бел-44, Жир-49, Угл-209, А-135, С-31, Е-16, Са-334, Mg-187, Fe-11	168-86

КОГОБУ СШ с УИОП пгт. Пижанка 7-11лет

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) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
60	Винегрет овощной (№ рецептуры 135) <small>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное от</small>	кКал-77, Бел-1, Жир-6, Угл-5, С-9, Е-3, Са-15, Mg-11	12-86
90	Кура отварная (№ рецептуры 117) <small>продукт цыплят-бройлеров I категории замороженное, лук репчатый, соль поваренная с потжеженным содержанием натрия</small>	кКал-222, Бел-19, Жир-16, С-2, Са-29, Mg-21, Fe-1	50-43
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макаронны ср.а, масло сливочное обогатненное, соль поваренная с потжеженным содержанием натрия</small>	кКал-210, Бел-6, Жир-5, Угл-36, А-30, Е-8, Са-18, Mg-9, Fe-1	11-28
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
530	Итого за Завтрак	кКал-631, Бел-28, Жир-27, Угл-68, А-31, С-11, Е-11, Са-83, Mg-56, Fe-4	81-40
	Итого за день	кКал-631, Бел-28, Жир-27, Угл-68, А-31, С-11, Е-11, Са-83, Mg-56, Fe-4	81-40

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

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

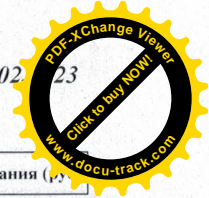
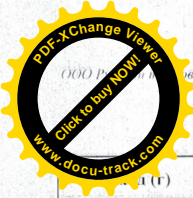


КОГОВУ СШ с УИОП пгт. Пижанка интернат

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, Е-1, Са-6, Mg-5	14-85
250	Каши геркулесовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 129) <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино улнак, крупа овсяная (геркулес), масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с потожетим содержанием натрия</small>	кКал-276, Бел-8, Жир-11, Угл-37, А-53, С-1, Е-1, Са-159, Mg-68, Fe-2	23-37
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
530	Итого за Завтрак	кКал-574, Бел-14, Жир-15, Угл-92, А-54, С-3, Е-2, Са-187, Mg-89, Fe-4	45-66
Обед			
60	Винегрет овощной (№ рецептуры 135) <small>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное оп</small>	кКал-77, Бел-1, Жир-6, Угл-5, С-9, Е-3, Са-15, Mg-11	12-86
250	Суп картофельный с рыбными консервами (№ рецептуры 131) <small>картофель, консервы рыбные, лук репчатый, морковь, соль йодированная с потожетим содержанием натрия, крупа рисовая, масло сливочное обогащенное</small>	кКал-201, Бел-2, Жир-2, Угл-17, А-15, С-17, Са-59, Mg-29, Fe-1	30-28
100	Нагетсы куриные (№ рецептуры 260) <small>крушка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, сухари панировочные, яичный белок, лук репчатый в с обогащенная, масло подсолнечное оп, соль йодированная с потожетим содержанием натрия</small>	кКал-305, Бел-17, Жир-20, Угл-16, А-29, С-1, Е-3, Са-24, Mg-22, Fe-2	56-29
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макарони гр.а, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с потожетим содержанием натрия</small>	кКал-210, Бел-6, Жир-5, Угл-36, А-30, Е-8, Са-18, Mg-9, Fe-1	11-28
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, мука пшеничная в с обогащенная, томат-паста, масло сливочное обогащенное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с потожетим содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	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-1015, Бел-30, Жир-34, Угл-117, А-81, С-28, Е-14, Са-147, Mg-98, Fe-7	123-20
Полдник			
50	Вафли с молочно-жировой начинкой обогащенные для детского питания (№ рецептуры 7)	кКал-181, Бел-1, Жир-10, Угл-21, А-2, Е-2, Са-3, Mg-2	30-52
50	Итого за Полдник	кКал-181, Бел-1, Жир-10, Угл-21, А-2, Е-2, Са-3, Mg-2	30-52
Ужин			
80	Шницель натуральный рубленый (№ рецептуры 290) <small>свинина, сухари панировочные, яйцо столовое, масло подсолнечное оп, соль йодированная с потожетим содержанием натрия</small>	кКал-82, Бел-3, Жир-3, Угл-10, А-12, С-13, Е-2, Са-77, Mg-41, Fe-1	74-50
150	Картофель отварной (№ рецептуры 154) <small>картофель, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с потожетим содержанием натрия</small>	кКал-178, Бел-3, Жир-7, Угл-25, А-49, С-30, Са-19, Mg-35, Fe-1	27-23
200	Компот из плодов свежих (яблоки) (№ рецептуры 39) <small>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</small>	кКал-115, Угл-28, С-4, Са-15, Mg-5, Fe-1	7-87
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
490	Итого за Ужин 1	кКал-519, Бел-10, Жир-10, Угл-89, А-61, С-47, Е-2, Са-124, Mg-100, Fe-5	114-99
Ужин 2			
250	Йогурт славянский жири. 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	356-85

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. Пижанка 12 лет и старше

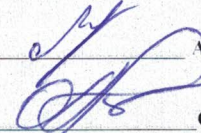
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Батон с маслом 30/10 (№ рецептуры 29) <i>батон нарезной из муки 1 сорта, масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-76
250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 117) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид упак, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-245, Бел-8, Жир-9, Угл-58, А-55, С-2, Са-170, Mg-51, Fe-1	39-62
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <i>сахар-песок, лимоны, 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-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-470, Бел-75, Жир-10, Угл-102, А-56, С-5, Е-1, Са-201, Mg-78, Fe-4	66-70
<u>Обед</u>			
30	Капуста морская (гарнировка) (№ рецептуры 98)		11-88
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <i>картофель, макароны гр. а, мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, соль йодированная с повышенным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное оп</i>	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17, А-42, С-8, Е-3, Са-48, Mg-18, Fe-1	13-85
80	Рыба, тушеная с овощами (№ рецептуры 110) <i>рыба свежемороженая филе, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное оп, сахар-песок, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-89, Бел-9, Жир-4, Угл-3, А-6, С-2, Е-2, Са-32, Mg-38, Fe-1	48-18
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид упак, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-189, Бел-3, Жир-9, Угл-23, А-63, С-27, Са-46, Mg-34, Fe-1	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-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	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-740, Бел-21, Жир-22, Угл-97, А-111, С-41, Е-5, Са-154, Mg-114, Fe-6	119-35
	Итого за день	кКал-1210, Бел-96, Жир-32, Угл-199, А-167, С-46, Е-6, Са-355, Mg-192, Fe-10	186-05

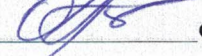
ООО Русскит торговый дом

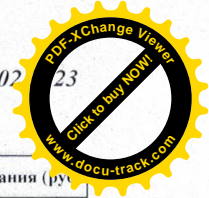
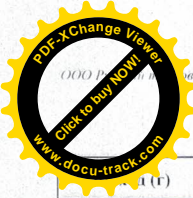
10.02.2023

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>			
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, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-76
230	Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 117) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид упак, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-225, Бел-7, Жир-8, Угл-54, А-50, С-1, Са-156, Mg-47, Fe-1	36-61
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <i>сахар-песок, лимоны, 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-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
500	Итого за Завтрак	кКал-450, Бел-74, Жир-9, Угл-98, А-51, С-4, Е-1, Са-187, Mg-74, Fe-4	63-69
	Итого за день	кКал-450, Бел-74, Жир-9, Угл-98, А-51, С-4, Е-1, Са-187, Mg-74, Fe-4	63-69

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

№ п/п	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 обогатненное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-76
250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 117) <i>молоко ультрапастеризованное обогатненное в инд упак, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогатненное, соль подтированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-245, Бел-8, Жир-9, Угл-58, А-55, С-2, Са-170, Mg-51, Fe-1	39-62
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <i>сахар-песок, лимоны, 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-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-470, Бел-75, Жир-10, Угл-102, А-56, С-5, Е-1, Са-201, Mg-78, Fe-4	66-70
Обед			
30	Капуста морская (гарнировка) (№ рецептуры 98)		11-88
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <i>картофель, макароны гр.а, мясо цып-лят-бройлеров 1 категории тушка, соль подтированная с повышенным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп</i>	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17, А-42, С-8, Е-3, Са-48, Mg-18, Fe-1	13-85
80	Рыба, тушеная с овощами (№ рецептуры 110) <i>рыба свежемороженая филе, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль подтированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-89, Бел-9, Жир-4, Угл-3, А-6, С-2, Е-2, Са-32, Mg-38, Fe-1	48-18
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогатненное в инд упак, масло сливочное обогатненное, соль подтированная с повышенным содержанием натрия</i>	кКал-189, Бел-3, Жир-9, Угл-23, А-63, С-27, Са-46, Mg-34, Fe-1	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-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	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-740, Бел-21, Жир-22, Угл-97, А-111, С-41, Е-5, Са-154, Mg-114, Fe-6	119-35
Полдник			
200	Сок в ассортименте 0,2л (№ рецептуры 6)	кКал-136, Угл-24, С-20, Е-1, Са-70, Mg-40, Fe-14	32-00
200	Итого за Полдник	кКал-136, Угл-24, С-20, Е-1, Са-70, Mg-40, Fe-14	32-00
Итого за день			218-05

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

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